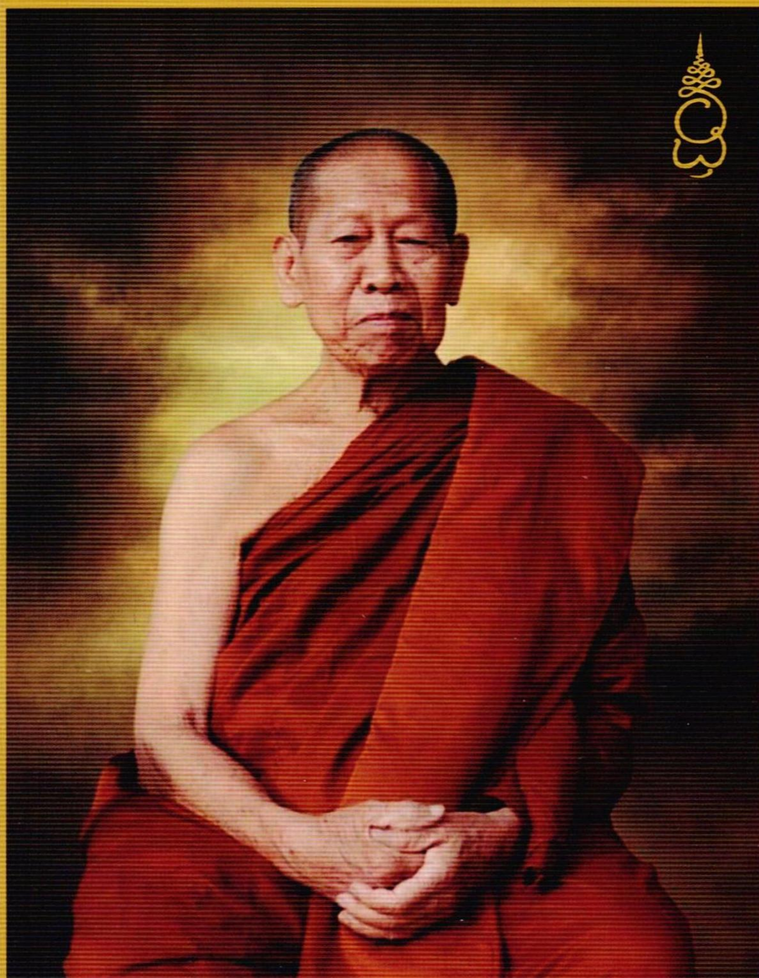


อาหารใจ

พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ วิ.
(บุญกู้ อนุวฑฺฒโน)

อาหารใจ • พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ วิ. (บุญกู้ อนุวฑฺฒโน)



ศีลธรรมดี มีปัญญา
ใจกรุณา น้อมมาทำ
จำเริญสุข

อาหารใจ

พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ วิ. (บุญกู้ อนุวฑฺฒโน)

ธ ร ร ม บ ร ร ณ า ก า ร

อาหารใจ

พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ วิ. (บุญกู้ อนุวฑฺฒโน)

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กรกฎาคม ๒๕๖๕ จำนวน ๓,๕๐๐ เล่ม

ภาพประกอบ : สุมาลี เอกชนนิยม

รูปเล่ม : สุปราณี อภัยแสน

พิมพ์ที่ : หจก.สามลดา โทร. ๐๒-๔๖๒-๐๓๐๓

คำนำ



หนังสือ**อาหารใจ**เล่มนี้ คณะศิษย์รวบรวมจากธรรมลิขิตขององค์พ่อแม่ครูอาจารย์ เพื่อน้อมกราบกตัญชลีบูชาเนื่องในอภิมงคลสมัย พ่อแม่ครูอาจารย์ พระพุทธิสารเถร (หลวงปู่บุญกู้ อนุวฑฺฒโน) สิริอายุครบ ๙๓ ปี ๖๓ พรรษา ในวันที่ ๑ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๖๕ ด้วยความเคารพบูชาและศรัทธาอย่างสูงสุด ในกุศลเจตนาจากเมตตาธรรมอันหาประมาณมิได้แห่งองค์ท่าน ที่ปรารถนาให้ผู้อ่านได้รับ **อาหารใจ** ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อพุทธศาสนิกชนทั้งฝ่ายสงฆ์และฆราวาส เพื่อน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติมุ่งดำเนินสู่ความพ้นทุกข์ในที่สุด

พระ *เปี่ยมล้น ด้วยเมตตา การุญยิ่ง*
ค่าควรมิ่ง ปิ่นมงคล พระศาสนา

พุทธิ *ธรรม นำเผยแผ่ ปวงประชา*
ได้ศึกษา ดื่มด่ำ ***อาหารใจ***

สาร *สายธาร แห่งธรรม คำพุทธะ*
ปราชญ์สังฆะ ยกแสดง แถลงไข

เถร *ท่าน งามศีลวัตร พระวินัย*
ชนใกล้ไกล กราบบูชา เทิดนาบุญ

คณะศิษย์

หน้า ๓
เล่ม ๑๓๙ ตอนที่ ๑๙ ข ราชกิจจานุเบกษา ๖ พฤษภาคม ๒๕๖๕

ประกาศ

พระราชทานสัญญาบัตรตั้งสมณศักดิ์

พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทร มหาวชิราลงกรณ มหิศรภูมิพลราชวรางกูร กิติสิริสมบูรณ อดุลยเดช สยามินทราธิเบศรราชวโรดม บรมนาถบพิตร พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว มีพระบรมราชโองการโปรดพระราชทานสัญญาบัตรตั้งสมณศักดิ์ พระพุทธิสารเถร เป็น พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ ภาวนาพิพัฒนาทร ยติคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี พระราชาคณะชั้นราชฝ่ายวิปัสสนาธุระ

ประกาศ ณ วันที่ ๖ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๖๕ เป็นปีที่ ๗ ในรัชกาลปัจจุบัน



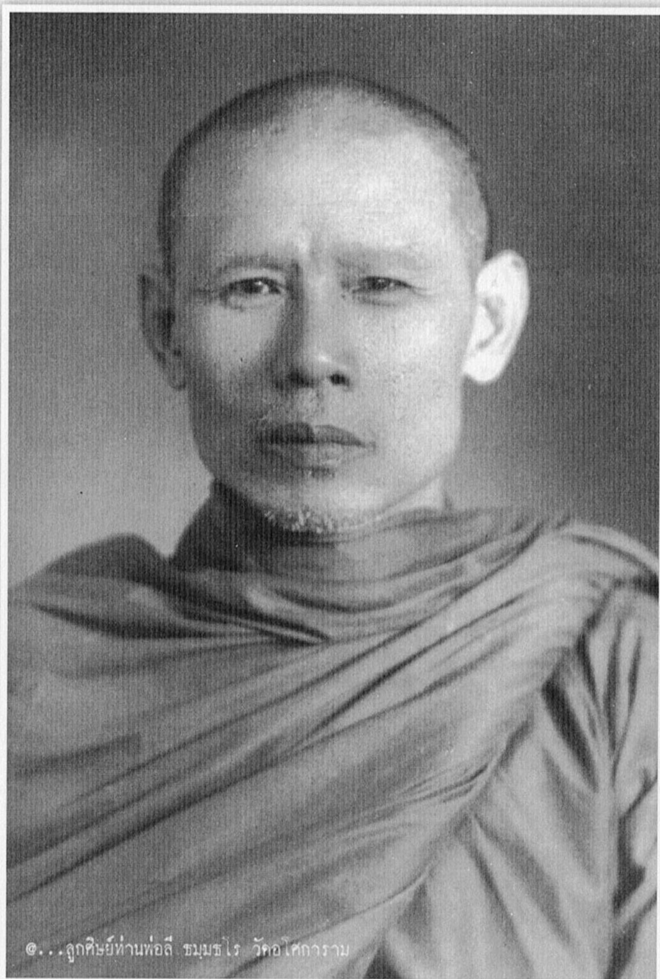
คณะศิษย์ขอนอบน้อมอภิวาทด้วยเศียรเกล้า แสดงมุทิตาจิตแด่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ พระผู้เปี่ยมด้วยคุณานุคุณ ยังประโยชน์แก่ปวงศิษย์ อันหาประมาณมิได้

ปวงข้าขอ น้อมมโน สิรกราน
พระภูบาล เฉลิมรัช ฉัตรสมัย
พระราชทาน สมณศักดิ์ พิสิฐวิไล
สงฆ์ทรงคุณ ยิ่งใน พุทธบวร
แด่ "พระราชมงคลวชิรานุวัฒน์ ภาวนาพิพัฒนาทร
ยติคณิสสร บวรสังฆาราม คามวาสี"
กาลมงคล มุทิตา สักการะ
ศิษย์น้อมนบ จิตตะ ธรรมวิถี
องค์หลวงปู่ เปี่ยมบ่มบุญ บารมี
ควรที่เรา เพียรพิพัฒนา สัมฤทธิ์เทอญ

(คุณปรานี ปราบริปู ประพันธ์)

สารบัญ




๑...ลูกศิษย์ท่านพ่อลี ธมฺมธโร วัดอโศการาม

ชีวิตของเราท่าน
ถึงกาลแตกดับไป
ไม่ฝากสิ่งดีไว้
ยากมีใครคิดถึง
ท่านพ่อลีศรีอโศกฯ
ชาตกาลร้อยสิบหก
คณะศิษย์ขอยอยก
ตกลงทำกุศลถวาย
กตัญญูกตเวที
เป็นเครื่องหมายคนดี
ให้เพื่อนพ้องน้องพี่
มีสามัคคีธรรม
ท่านฝากผลงานไว้
ให้เราเห็นคุณค่า
ทั้งทานศีลภาวนา
พาเราผาสุกจริง



(๓๐ มกราคม ๒๕๖๕)



ผู้เกรงใจไม่เป็น　พระเห็นว่าเป็นพาล
คนเกรงใจตลอดกาล　ส่อสันดานคนโง่
เกียรติศักดิ์เสริมองอาจ　คนฉลาดช่วยความรู้
การแต่งตัวสวยหรู　เชิดชูความทะนง
ความแค้นเกินขนาด　เพื่อนขาดความเกรงใจ
เมื่อใจเร็วด่วนได้　ทำให้ขาดสติ
คนดีมีกตัญญู　คนชั่วลบหลู่คุณ
ผู้เมตตาการุญ　มีผู้บูชาคุณเสมอ



เกิดเป็นชาวพุทธ โชคดีที่สุด มีโอกาสถึงวิมุตติ



คนไทยที่ใจดี เพราะมีพุทธศาสนา
ช่วยให้เกิดศรัทธา กล้าสั่งสมบุญกุศล
มุ่งบำเพ็ญมรรคผล เพื่อพาพ้นเวรกรรม
จึงชอบประพฤติธรรม ไม่ทำใครเดือดร้อน

จิตที่มีเมตตา พาหวังดีคนทั่วไป
ถ้าได้ช่วยเหลือใคร เกิดน้ำใจปีติ
เกิดเป็นชาวพุทธนี้ มีโชคดีเป็นที่สุด
โอกาสถึงวิมุตติ หลุดพ้นวัฏสงสาร

(๑๘ มกราคม ๒๕๖๕)



คนเราที่เกิดมา
ต้องหาทางพ้นทุกข์
ต่างมุ่งหวังความสุข
ทั่วทุกท่านทุกคน

ขอจงมีศรัทธา
เชื่อพุทธศาสนา
ทำตามอริยมรรคา
พาพ้นทุกข์แน่นอน

เสียสละโลกีย์ทรัพย์
ปรับเป็นอริยทรัพย์
เพื่อช่วยยกระดับ
ระงับกิเลสตน

เมื่อกิเลสเบาบาง
ทางชีวิตสูงขึ้น
จิตใจย่อมแช่มชื่น
ทั้งหลับตื่นเป็นสุข

(๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

ชีวิตมีคุณค่า
อย่าปล่อยกาลล่วงเปล่า
จะกลายเป็นคนเขลา
เอาตัวเองไม่รอด

ตั้งสติให้ดี
ทำหน้าที่ถูกต้อง
ทำกิจการให้คล่อง
มองอนาคตมีหวัง

คำสอนของชาวพุทธ
จุดเด่นเป็นกฎกรรม
ผู้ใดมีคุณธรรม
ชีวิตไม่ตกต่ำ

ฝึกภาวนาไว้
ให้เกิดสติปัญญา
ทำบุญหนุนคุณค่า
ชะตากรรมย่อมสูงส่ง

(๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๔)





เวลาที่ผ่านไป ใครใช้ทางทุจริต
ย่อมขาดทุนชีวิต เพราะจิตใจเศร้าหมอง
ไม่ว่าปัจจัยเงินทอง หรือข้าวของในโลกนี้
สะสมไว้จนมั่งมี ไร้ชีวีหมดกรรมสิทธิ์

คนเราที่เกิดมา ถ้าหากเป็นชาวพุทธ
อุดมการณ์สูงสุด คือจิตบริสุทธิ์
ใครบำเพ็ญกุศล ด้วยความขวนขวาย
อยู่ในโลกสุขสบาย ตายไปสู่สุคติ

(๑๒ มกราคม ๒๕๖๕)

คนเราที่เกิดมา มีชะตาต่างกัน
วิบากกรรมเก่านั้น ผลตามมาบันดาล
พระพุทธองค์ทรงชี้ ให้เว้นชั่วทำดี
หมั่นชำระจิตนี้ ไม่นานทวีสุข

มามืดไปสว่าง กระจ่างแก่ใจตน
ต้องการจะหลุดพ้น ต้องขวนขวายภาวนา
ทำตามอริยมรรค เราจักได้เห็นผล
ถึงยากดีมีจน พาพ้นทุกข์ด้วยกัน

(๒๑ มกราคม ๒๕๖๕)

เมื่อมีพระอาพาธ พุทธองค์ประกาศไว้
ขอสงฆ์อย่าดูดาย ทุกฝ่ายช่วยดูแล
เป็นบุญที่ยิ่งใหญ่ ดั่งได้อุปัฏฐากพระองค์
ให้คณะสงฆ์ดำรง คงสามัคคีธรรม

วันหนึ่งเราคงป่วย ย่อมมีสงฆ์มาช่วย
บุญนั้นย่อมจะอวย อำนวยสุขทันตา
สังขารอยู่ชั่วยาม มีบุญตามได้ไกล
อยู่โลกนี้สุกใส ไปโลกหน้าสุคติ

(๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เดือนนั้นใหญ่กว่าดาว ไม้เท้ายาวกว่าถ่อ
ตาเรามักลวงล่อ พอให้เห็นผิดไป
ควรสอบสวนเสียก่อน ให้แน่นอนตามจริง
ตามเหตุผลทุกสิ่ง อย่าพึงนิ่งนอนใจ

พุทธะแปลว่ารู้ ต้องตรองดูให้ชัด
เข้าใจปฏิบัติ ด้วยหัดภาวนา
ฝึกจิตให้สงบ มักพบความจริง
กฎแห่งกรรมเป็นสิ่ง ที่ยิ่งด้วยเหตุผล

(๑๔ มีนาคม ๒๕๖๕)

ฤดูหนาวผ่านพ้น
เริ่มต้นฤดูร้อน
ไม่รู้จักผ่อนปรน
คนหลายฝ่ายรบกัน

ร้อนอากาศชั่วคราว
ร้อนใจยาวนานกว่า
ร้อนไปถึงโลกหน้า
พากันตกนรก

ศาสนาดีแน่
แต่ลดผู้อุดหนุน
ไม่รู้จักบาปบุญ
จึงสูญเสียคุณธรรม

ชาวพุทธโชคดี
มีกุศลธรรม
เชื่อกฎแห่งกรรม
นำสู่สุขสันต์



(๑๙ มีนาคม ๒๕๖๕)



สังขารร่างกาย
ของอาศัยชั่วคราว
จิตใจยืนยาว
ก้าวไปโลกหน้า

เกิดมามีทุกข์
รุกรานเราเสมอ
ช้าเร็วต้องเจอ
เผลอแก่เจ็บตาย

จงอย่าลืมทำบุญ
เป็นทุนไปชาติใหม่
เพราะไม่มีผู้ใด
จะไปกับเราได้

พระพุทธองค์ทรงชี้
วิถีอริยมรรค
ผู้ดำเนินไม่พัก
จักถึงนิโรธพลัน

(๑๙ เมษายน ๒๕๖๕)

คณะพระกรรมฐาน บางคราวขี้คร้าน
ต้องฝึกอดอาหาร เพื่อดัดสันดานตน
ฉันมากเกินไป เกิดภัยแก่ท้อง
ลดให้มันพร่อง คล่องแคล่ว่องไว

ถึงคราวเจ็บป่วย กล้าช่วยตนเอง
ใจไม่ยำเกรง โรคภัยไม่ข่มเหง
ยามจากโลกไป อาหารใจมีมาก
จึงไม่กลัวทุกข์ยาก จากโลกสู่มรรคผล

(๒๖ เมษายน ๒๕๖๕)





⊛ ศาสนาพุทธสอนให้ทำดี รู้แจ้งเห็นจริงเรื่องกฎแห่งกรรม

อริยสัจมี ๒ คู่ **ทุกข์-สมุทัย** นำมาซึ่งทุกข์

นิโรธ-มรรค ทำให้พ้นทุกข์

(๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๔)

⊛ พุทธศาสนาเป็นวิชาชีวิต ปฏิบัติไปได้จนถึงหมดกิเลส

(๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๔)

⊛ ศาสนาพุทธเป็นเรื่องของเหตุและผล คิดดี พูดดี ทำดี จะได้รับความเจริญกาย มีจิตผ่องใส

บทสวดทิพย์มนต์ช่วยกำจัดทุกข์ ภัย โรคได้

(๑๗ ตุลาคม ๒๕๖๔)



~อาหารกายมีค่า ~อาหารใจมีคุณ



ป่วยกายหมอรักษา ป่วยใจต้องกล้าสู้
ทำชั่วไม่อายครู อยู่ไปไร้ศักดิ์ศรี
อาหารกายมีค่า อาหารใจมีคุณ
มีผ้าห่มกายอุ่น มีบุญย่อมอุ่นใจ

ชีวิตเหมือนเทียนไข จุดไฟย่อมมอดลง
ทำดีก่อนชีพปลง จงทำกุศลก่อนดับ
ปฏิบัติงานมีค่า ปฏิบัติธรรมดีกว่า
เกิดคุณธรรมขึ้นมา พาพ้นวัฏสงสาร

(๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เรื่องของคนเหลวไหล ทำอะไรเปะปะ
ไม่สนใจธรรมะ ทั้งละเว้นเหตุผล
ทำอะไรตามใจ ที่ตัณหาสั่งไว้
เกิดจิตใจหวั่นไหว อยู่แห่งไหนเป็นทุกข์

ส่วนลูกศิษย์มีครู ลูกรู้คุณพ่อแม่
เป็นชาวพุทธที่แท้ ชอบแก้ไขตนเอง
เหตุด้วยความรู้ดี พร้อมมีคุณธรรม
ชีวิตไม่ตกต่ำ ธรรมนำสู่สุขสันต์

(๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

ชีวิตของคน ขวนขวายหาเงิน
บางคนเพลิดเพลิน เลินเล่อลืมธรรม
ไม่ศรัทธาทำบุญ ไม่เพิ่มพูนกุศล
กลับไปฝึกฝน สนใจอบายมุข

ส่วนผู้เป็นศิษย์พระ จิตใจใฝ่เสียสละ
หมั่นทำบุญโดยละ ทวนกระแสตัณหา
บำเพ็ญภาวนา พาละความลุ่มหลง
มีจิตใจมุ่งตรง ส่งถึงพระนิพพาน

(๑ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เมื่อลมเหนือโชยมา พาความหนาวมาด้วย
บางท่านเป็นคนรวย แต่งตัวสวยอวดกัน
น่าสงสารคนจน จำต้องทนลำบาก
ผ้าห่มก็หายาก อาศัยตากแดดเอา

ต้องรอฤดูร้อน จึงผ่อนความยากลง
ชีวิตยังไม่ปลดปลง ควรจำนงแก้ไข
ยอมทำงานหนักเบา ทั้งเข้าใจเก็บออม
รู้จักใช้อย่างถนอม ย่อมผ่อนทุกข์ลงไป

(๖ ธันวาคม ๒๕๖๔)

พี่น้องร่วมอุทร บิดรมารดาเดียวกัน
ย่อมรักใคร่ผูกพัน สุขสันต์สามัคคี
พี่น้องร่วมชาติ ที่ประกาศเอกราช
มีขอบเขตอำนาจ รักเชื้อชาติของตน

พี่น้องร่วมลัทธิ ผิมีอุดมการณ์ร่วม
มักทำพิธีรวม สวมตามความศรัทธา
พี่น้องร่วมโลก โชคดีเกิดเป็นมนุษย์
นับเป็นบุญที่สุด ได้มนุษย์สมบัติ

(๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เมื่อชาวโลกทั้งผอง ถือเป็นพี่น้องกัน
ช่วยป้องกันสร้างสรรค์ ย่อมบันดาลความสุข
เมื่อชาวโลกทั้งหลาย มุ่งหมายแข่งขันกัน
ไม่มีการแบ่งปัน ความสุขนั้นจางคลาย

เมื่อชาวโลกหลายแห่ง แย่งกันเพื่อเป็นใหญ่
ต่างมุ่งมั่นชิงชัย ได้ความทุกข์มาแทน
หากศีลธรรมคืนมา ชาวประชารักกัน
จนกว่าถึงวันนั้น สุขสันต์จึงคืนมา



(๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เมื่อเข้าเป็นทหาร มุ่งฝึกการต่อสู้
เรื่องบาปบุญไม่รู้ สู้เพื่อชนะเป็นพอ
จิตใจเศร้าหมอง เพราะจ้องแต่ราวี
ไปทุคติทันที จึงมีทางมากขึ้น

เมื่อบวชเป็นพระสงฆ์ ดำรงทรงศีลธรรม
เชื่อถือกฎแห่งกรรม ไม่บำเพ็ญทุจริต
สุคติย่อมหวังได้ เพราะสะสมบุญไว้
จิตใจเกิดผ่องใส ชีวิตนี้ไม่ขาดทุน

(๓ มีนาคม ๒๕๖๕)

คนดีมีน้อย **คน**ถ่อยมีมาก
คนขี้เกียจอดอยาก **คน**ขยันไม่ยากจน
คนจนชอบอวดรวย **คน**รวยชอบอวดมี
คนฉลาดมักซ่อนดี **คน**โง่มีแต่โว

คนล้มอย่าก้าวข้าม **คน**งามอย่าลุ่มหลง
คนกล้าไม่ทะนง **คน**ซื่อตรงคบได้
คบคนให้ดูใจ ดูผู้ใหญ่ที่เมตตา
คนที่ควรพึ่งพา คือผู้มีใจกรุณา

(๒๘ เมษายน ๒๕๖๕)

นักคิดมีมากล้ำ นักทำมีแต่น้อย
ถ้ามัวแต่นั่งคอย ได้รอยแต่ไม่รวย
นักปกครองต้องซื่อ คนซื้อหากำไร
ขยันหมั่นเรื่อยไป ไม่ช้ามีผลงาน

นักรบต้องหมั่นฝึก จิตใจคึกคักอยู่
ชำนาญการต่อสู้ จึงเอาชนะศัตรูได้
นักปราชญ์ฉลาดรู้ นักดูได้แต่เห็น
ต้องทำจึงจะเป็น ทนยากเข็ญจึงเก่งได้

(๓๐ เมษายน ๒๕๖๕)

คนที่กลัวลำบาก
ความทุกข์ยากถึงตัว
คนที่หลงเมามัว
ไม่รู้ชั่วหรือดี

คนติดอดีตเพ้อฝัน
คนปัจจุบันทำจริง
คนที่ใจไม่นิ่ง
เห็นทุกสิ่งไม่ชัด

คนดีมีน้อย
คนถ่อยมีมาก
คนดีแต่ปาก
คนเชื่อหายาก



คนรู้ทั่วจักรวาล
แต่หลงทำการชั่ว
คนที่ยังเมามัว
เพราะไม่กลัวทุคติ

(๖ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



❀ ศีลธรรมทำให้ไปถึงสุคติ สินทรัพย์อยู่แค่หมดลม

(๑๔ มีนาคม ๒๕๖๔)

❀ ปัญหาภายนอกรักษาที่กาย
ปัญหาภายในรักษาที่จิต

(๖ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

❀ ฝนย่อมไม่รั่วรดเรือนที่มุงดีแล้ว กิเลสก็ย่อมไม่รั่วรดคนที่ฝึกจิตดีแล้วฉันนั้น

(๑๐ กันยายน ๒๕๖๔)



พัฒนาความรู้ คู่กับความดี
ชีวิตนี้มีกำไร



ถ้าสูงเกินฐาน ไม่นานมักล้ม
เกิดความล่มจม เพราะนิยมจ่ายเกิน
รู้จักพอเพียง หลีกเลี่ยงอบายมุข
ไม่รีบกินก่อนสุก ไม่สนุกทางผิด

เป็นเพียงผู้น้อย ไม่ค่อยกินจุบจิบ
หมั่นเก็บหอมรอมริบ สิบปีได้หนีจน
พัฒนาความรู้ ให้คู่กับความดี
ย่อมเกิดความมั่งมี ชีวิตนี้มีกำไร

(๓ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เป็นมนุษย์สุดดี ที่มีคุณธรรม
สามารถน้อมนำ ทำความดีเสมอ
เป็นสัตว์ที่ดี เพราะมีราคา
อาจมีการซื้อหา มีค่าที่เนื้อหนัง

เป็นเปรตที่ดี ที่อาจเตือนผู้คน
ให้รู้จักทำกุศล ก่อนสิ้นชีพวายชนม์
เป็นเทวดาที่ดี มีการช่วยเหลือ
ยินดีจุนเจือ เอื้อเฟื้อต่อโพธิสัตว์

(๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)



เกิดมาเป็นคน หัดพึ่งตนไว้
ผู้อื่นช่วยได้ เพียงในบางครั้ง
แรกเริ่มเขาช่วยเรา ต่อไปให้ช่วยเขา
ตามวิชาของเรา เท่าที่จะสามารถ

พ่อแม่เลี้ยงบุตร สุดแสนตั้งใจ
เมื่อลูกเติบใหญ่ อย่าได้ลืมคุณ
กตัญญูกตเวที ทำคนดีทุกฝ่าย
เราท่านทั้งหลาย สุขสบายทั่วกัน

(๙ มกราคม ๒๕๖๕)

ยังเป็นเด็กน้อย ต้องค่อยศึกษา
เติบใหญ่ขึ้นมา มีวิชาหากิน
เมื่อเป็นหนุ่มสาว หมั่นเอางานไว้
ให้มีรายได้ ไม่ต้องพึ่งใคร

รู้จักประหยัด อย่าจับจ่ายบ่อย
เข้าใจใช้สอย คอยหาเติมไว้
ต้องเว้นอบายมุข ไม่สนุกเกินไป
มุ่งพัฒนาจิตใจ สุขสบายถึงวัยชรา

(๑๔ มกราคม ๒๕๖๕)

สังขารคนเรา เข้าเขตวัยชรา
ร่างกายเหนื่อยล้า ต้องลาจากอาชีพ
รู้จักเก็บออม ถนอมใช้ยามแก่
ความเป็นอยู่ไม่แย่ แก้ไขยามเจ็บป่วย

อย่าปล่อยให้ใจทุกข์ หมั่นแสวงสุขทางธรรม
จิตใจไม่ตกต่ำ เพราะบารมีค้ำจุน
เกิดมาทั้งที เอาดีให้ได้
ยามจากโลกไป ได้สุคติแน่นอน

(๑๕ มกราคม ๒๕๖๕)

วันคืนล่วงไป อย่าให้ผ่านเปล่า
จงใช้แรงเรา เข้าทำประโยชน์
มุ่งประโยชน์โลกนี้ จงมีความขยัน
อีกพากเพียรบากบั่น ให้ฐานะมั่นคง

ต้องรู้จักเก็บออม ถนอมใช้ตามควร
มีเพื่อนฝูงล้วน เป็นคนดีชวนคบ
ใช้จ่ายตามฐานะ กะให้พอเพียง
จะได้ไม่เสี่ยง เลี่ยงความล่มจม

(๒๖ มกราคม ๒๕๖๕)

เรื่องการจัดงานใหญ่ ต้องอาศัยสามัคคี
จึงสำเร็จด้วยดี มีความสุขร่วมกัน
ต่างฝ่ายทำหน้าที่ ไม่มีความขัดข้อง
ไร้สิ่งบกพร่อง มองดูเรียบร้อย

มีการจัดงานบุญ เพื่อมุ่งเกิดกุศล
เป็นทั้งประโยชน์ตน ได้ผลแก่ท่านด้วย
มีจิตใจเสียสละ ละความเห็นแก่ตน
กิเลสย่อมหลุดพ้น ถึงมรรคผลเร็วพลัน

(๓๑ มกราคม ๒๕๖๕)

การแข่งขันกีฬา เพื่อฝึกให้กล้าหาญ
จนเกิดความชำนาญ ในการต่อสู้ปรปักษ์
ยุวชนเป็นคนกล้า รักษาวินัยดี
ถึงคราวออกราวี กล้าพลีชีพเพื่อชาติ

ประเทศเราไม่ใหญ่ อาจมีภัยสงคราม
ทหารไทยไม่ครั่นคร้าม ยามออกศึกสู้ตาย
ยามสงบให้กล้าสู้ เพื่อชนะศัตรูภายใน
มุ่งปราบกิเลสในใจ จะได้พ้นภัยตลอดกาล

(๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

อยู่ในโลกนี้ ต้องมีรายจ่าย
จำต้องขวนขวาย หลากหลายกิจการ
หมั่นขยันขันแข็ง มุ่งแบ่งเงินออมไว้
มีสหายที่ไว้ใจ รู้จักใช้จ่ายพอเพียง

ก่อนจากไปโลกหน้า มีศรัทธาในใจ
รักษาศีลเข้าไว้ เกิดน้ำใจเสียสละ
รู้จักภาวนา พัฒนาจิตใจ
มีปัญญาผ่องใส ได้สุคติแน่นอน

(๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



⊛ บุตรควรทดแทนบุญคุณบิดา มารดาด้วยการเป็นอภิชาตบุตร เมื่อท่านล่วงลับทำบุญกุศล ส่งให้ท่านในปรโลก

(๑๖ ตุลาคม ๒๕๖๔)

⊛ ทางโลกมุ่งทำมาหากิน ทางธรรมเปลี่ยนสินทรัพย์เป็นอริยทรัพย์ เพื่อสร้างบุญบารมีทั้งชาตินี้และชาติหน้า

(๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๔)

⊛ เกิดมาในโลกนี้

วัยต้นเพียรศึกษา
วัยกลางสร้างฐานะและดูแลสุขภาพ
วัยปลายทำบุญกุศล ไว้เป็นที่พึ่ง

(๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)













พระให้รีบทำบุญ
เป็นทุนถึงชาติใหม่



อยู่ในโลกนี้ มีภัยมากหลาย
อยากอยู่อย่างสบาย ให้ขวนขวายทำดี
อยู่โลกนี้ชั่วคราว แล้วก้าวไปโลกหน้า
อย่ารีรอชักช้า ไม่รู้ว่าเมื่อใด

พระให้รีบทำบุญ เป็นทุนถึงชาติใหม่
สร้างกุศลกรรมไว้ ให้พัฒนาจิตใจ
เมื่อจิตใจผ่องใส สุคติย่อมหวังได้
เกิดมีความมั่นใจ ไม่ต้องกลัวพญายม

(๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

คนดีผู้มีบุญ เป็นต้นทุนชีวิต
ผู้พัฒนาดวงจิต มักได้สิทธิ์มากกว่า
ความชั่วดีมีจน ผจญมาด้วยกัน
คนชอบเอื้อเฟื้อนั้น รับปันผลมากกว่า

ความแก่และเจ็บตาย คนทั้งหลายต้องพบ
คนดีย่อมมีจุดจบ แต่พบสุขมากกว่า
ขอจงได้เข้าใจ ใครสร้างบุญมาดี
ย่อมทำให้ตนนี้ มีศักดิ์ศรีมากกว่า

(๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

ความรู้คู่ความดี มีน้ำใจเอื้อเฟื้อ
รายได้พอให้เผื่อ ช่วยเหลือผู้ยากไร้
เกิดจิตอาสา กล้าลงมือทำ
คนเก่งเป็นผู้นำ พาเขาทำประโยชน์

ชีวิตมีน้อย คอยฉวยโอกาส
อย่ายอมพลั้งพลาด ขาดบำเพ็ญกุศล
จงทำดีไว้เถิด ประเสริฐที่จิตใจ
เป็นบารมียิ่งใหญ่ ได้พ้นทุกข์เร็วพลัน

(๑๓ มกราคม ๒๕๖๕)

เศรษฐกิจตกต่ำ หางานทำยาก
ผู้คนลำบาก ยากจนข้นแค้น
ชาวบ้านร้านค้า พึ่งพาศีลธรรม
ศรัทธามากล้ำ ยังชอบทำบุญ

มีความเสียสละ จาคะเกิดขึ้น
จิตใจแช่มชื่น กล้าฝืนสร้างกุศล
ชีวิตพัฒนา น้ำใจการุณย์
จึงชอบทำบุญ เกื้อหนุนบารมี

(๑๗ มกราคม ๒๕๖๕)

อันความแก่เจ็บตาย ไม่มีใครหนีพ้น
ไม่ต้องไปกังวล ถ้าตนหมั่นทำบุญ
ยามมีชีวิตอยู่ ไม่ควรจะดูดาย
สั่งสมบุญไว้หลาย ตายไปสู่สุคติ

พรุ่งนี้หรือชาติหน้า วันไหนมาถึงก่อน
ไม่พึงคิดอาวรณ์ เมื่อไม่ได้นอนใจ
เกิดมาทั้งที ทุกวันทำดี
แม้ตายวันนี้ ไม่มีผิดหวัง

(๒๕ มกราคม ๒๕๖๕)

ผัดวันประกันพรุ่ง รุ่งเรืองไม่ทันเขา
ไม่สู้งานหนักเบา เอาตัวรอดได้ยาก
เมื่อหนักเอาเบาสู้ ไม่รู้จักท้อถอย
กิจการมากน้อย ค่อยสำเร็จลงไป

การทำบุญให้ทาน ได้จิตใจเบิกบาน
บุญกุศลบันดาล ให้สำราญบานใจ
งานทางโลกชั่วคราว งานทางธรรมยาวกว่า
ช่วยให้ผู้ศรัทธา ไปโลกหน้ามั่นใจ

(๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ผู้ที่เคยผิดพลาด จงฉลาดปรับปรุงตน
ผู้ที่เคยยากจน อาจตั้งตนได้ใหม่
ผู้อดทนทุกข์ยาก ยอมลำบากเล่าเรียน
หมั่นทำงานพากเพียร ถึงเกษียณมีเงินใช้

ชาวโลกทุกวันนี้ มีเศรษฐกิจตกต่ำ
พาหน้าตาหมองคล้ำ หางานทำได้ยาก
ยอมสละสุขโลกีย์ มาหาดีทางธรรม
ผลบุญอาจช่วยค้ำ ทำดีย่อมทวีสุข

(๗ มีนาคม ๒๕๖๕)

ผู้ใกล้สิ้นชีวี มีบุญมากกว่าบาป
จิตใจเอิบอาบ ซาบซึ้งกุศลธรรม
ตั้งตนไว้ชอบ ประกอบด้วยประโยชน์
จิตใจช่วงโชติ ลดโลภโกรธหลง

เกิดแก่เจ็บตาย ทุกรายหนีไม่พ้น
ผู้หมั่นทำกุศล ผลบุญช่วยตนได้
อยู่โลกนี้สร้างบุญ มีคุณธรรมดำรง
เพิ่มบารมีหนุนส่ง ตรงสู่สวรรคาลัย

(๑๐ มีนาคม ๒๕๖๕)

การลงทุนเสียหาย การค้าขายเริ่มลด
เรื่องขาดทุนปรากฏ เงินสดลดลงไป
ยังดีมีบุญ กุศลที่ทำไว้
พอปลอบจิตใจ ให้มีความหวัง

อาศัยความดี มีความมั่นใจ
ได้ความคิดใหม่ ให้เพิ่มทางธรรม
พระให้ศรัทธา สร้างบารมีของตน
เมื่อกุศลเกิดผล ความทุกข์จะพ้นไป



(๔ เมษายน ๒๕๖๕)

ผู้ที่ศรัทธา
กล้าทำประโยชน์ไว้
แม้จากโลกไป
จิตใจเบิกบาน
มีอนุสรณ์สถาน
เป็นพยานชีวิต
บำรุงดวงจิต
ให้สถิตสูงขึ้น



เกิดมาทั้งที
มีโอกาสทำคุณ
ส่งเสริมผลบุญ
เพิ่มทุนชีวิต
ผู้ที่รู้คุณท่าน
เมื่อผ่านย่อมไม่เมิน
ในประโยชน์ที่เผชิญ
ย่อมสรรเสริญเจริญพร

(๒๓ เมษายน ๒๕๖๕)



❁ การเกิดมามีบุญที่ประเสริฐ ๔ อย่างคือ

๑. ได้เกิดมาเป็นมนุษย์

๒. ได้พบพระพุทธศาสนา

๓. ได้พบครูบาอาจารย์ที่ดี

๔. ได้ฝึกปฏิบัติวิปัสสนา

(๒๕ มีนาคม ๒๕๖๔)

❁ บุญเป็นที่พึ่งของสรรพสัตว์ในปรโลก

(๒๔ เมษายน ๒๕๖๔)



ไม่ประมาทขาดสติ นิรภัยใจแช่มชื่น



จิตที่คุ้มครองดี นำศักดิ์ศรีมาให้
คุณธรรมบำเพ็ญไว้ ช่วยให้อยู่เป็นสุข
ในยามตกทุกข์ยาก ตรากตรำจำทนได้
ถึงแม้จะยากไร้ จิตใจย่อมเป็นสุข

มีขันติอดทน กล้าผจญความลำบาก
เป็นอยู่ไม่มักมาก บากบั่นสู้ไม่ถอย
ไม่ประมาทขาดสติ นิรภัยใจแช่มชื่น
ชีวิตมักราบรื่น ไม่นานฟื้นตัวได้

(๗ มกราคม ๒๕๖๕)

ไม่เอางานการ มักคร้านตามสบาย
ขาดความขวนขวาย บั้นปลายขัดสน
ไม่เลือกความสนุก มักเกิดทุกข์สนัด
สูญเสียสมบัติ อัตคัดบั้นปลาย

อร่อยเพียงแค่ปาก อยากเพียงแค่ลิ้น
ไม่เลือกของกิน สูญสิ้นสุขภาพ
เป็นผู้ไม่ประมาท เป็นอยู่ไม่ขาดสติ
มุ่งมั่นฝึกสมาธิ ชีวิตย่อมรุ่งเรือง

(๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ทางโลกให้มองเขา ทางธรรมเฝ้ามองตน
คนจะไม่อับจน เมื่ออดทนทำจริง
การซื้อขายข้าวของ เงินทองควรประหยัด
จะไม่เกิดอัตคัด ถ้าจัดการด้วยสติ

โลภมากมักลาภหาย หมั่นให้ทานขยายบุญ
น้ำใจเราการุณย์ บุญผสมย่อมร่ำรวย
มีเวลาเหลือน้อย ค่อยใช้อย่างระวัง
ภาวนาเป็นที่ตั้ง ความสุขยั่งยืนนาน

(๒๐ ธันวาคม ๒๕๖๔)



เตรียมดินก่อนปลูกไม้
เตรียมใจก่อนจะเถียง
เตรียมตัวหาทางเลี่ยง
ไม่เสี่ยงเจออันธพาล

เตรียมวิชาก่อนหากิน
เตรียมถิ่นก่อนไปอยู่
เตรียมฐานะก่อนมีคู่
เตรียมดูแลครอบครัว

เตรียมงานก่อนหาเงิน
เตรียมเดินก่อนค่อยวิ่ง
เตรียมสติก่อนใจนิ่ง
เตรียมสิ่งที่ต้องใช้

เตรียมน้ำก่อนเผื่อแล้ง
เตรียมแบงค์ไว้ก่อนจ่าย
เตรียมตัวก่อนไม่สบาย
เตรียมบุญก่อนล้มตาย

(๒๒ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ไวรัสยังไม่ขาด
จะประมาทไม่ได้
จงระวังเอาไว้
ได้อายุยั่งยืน

ไม่รู้จักปรับตัว
ซอบมั่วสุมกันไป
อาจเกิดป่วยไข้
ให้ชีวิตสั้นลง

ก่อนสิ้นอายุขัย
ได้รีบสร้างกุศล
เป็นที่พึ่งของตน
ถ้าพ้นจากโลกไป



อยู่โลกนี้ไม่นาน
รีบสานสร้างบารมี
ได้เกิดมาทั้งที
มีจิตใจสูงขึ้น

(๒๙ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เมื่อเศรษฐกิจตกต่ำ คำนึงถึงการใช้จ่าย
ถ้ามุ่งอยู่สุขสบาย สุรุ่ยสุร่ายไม่ทำ
แม้มองหน้ามองหลัง หวังหาคนช่วยยาก
ควรสู้ทนลำบาก ตรากตรำพึ่งตนเอง

สิ่งใดไม่จำเป็น จงรู้จักงดเว้น
เพื่อลดความยากเข็ญ ในการเป็นหนี้สิน
ถือเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อหลีกเลี่ยงความขัดสน
รู้จักเข้าใจปรับตน พ้นจากความหายนะ

(๓ มกราคม ๒๕๖๕)

เมื่อมีอายุมาก หากหมั่นบริหารกาย
ถึงยามชราหลาย เรี่ยวแรงไม่หายไป
ชีวิตเหลือน้อย อย่ารอคอยให้ป่วย
สุดทางที่จะช่วย เมื่อเกิดการป่วยหนัก

เสริมชะตาชีวิต ก่อนจิตออกจากร่าง
จะไม่ต้องอ้างว้าง ถ้าสร้างบารมีไว้
เมื่อจิตใจผ่องใส ย่อมหวังได้ไปดี
เกิดมาในโลกนี้ มีกำไรชีวิต

(๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

อดใจอย่าด่วนได้ อาจเสียใจภายหลัง
ตั้งจิตคิดระวัง รู้ยั้งก่อนทำไป
อย่าทำสิ่งที่ผิด คิดขวนขวายทางชอบ
เข้าใจการโต้ตอบ รอบคอบไว้เป็นคุณ

อย่าเชื่อถือคนพาล อย่าระรานบัณฑิต
เมตตาต่อปวงมิตร คิดเอื้อเฟื้อผู้ยาก
จงเคารพผู้ใหญ่ เอาใจใส่ผู้น้อย
รักษาเครื่องใช้สอย ย่อมใช้ได้บ่อยขึ้น

(๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ความประมาทขาดสติ ทำอะไรมิรอบคอบ
ไม่รู้จักการประกอบ ให้เห็นชอบถูกทางธรรม
ประพฤติเหลวไหล เลวร้ายกายใจ
เป็นหนทางไป สู่ทุกข์โทษภัยเวร

มีสติปัญญา พิจารณาก่อนทำ
ตามผู้รู้แนะนำ กระทำแต่ความดี
มีความสุขกายใจ ไม่มีโทษตามมา
จึงย่อมจะนำพา สู่ผาสุกตลอดไป

(๒ มีนาคม ๒๕๖๕)

อายุจะยืนหรือสั้น ไม่สำคัญเท่าใด
แต่สิ่งที่ยิ่งใหญ่ คือได้ทำประโยชน์
ผู้ที่ไม่ประมาท ทำสิ่งใดไม่ขาดสติ
มีการดำริ สร้างโบสถ์วิหาร



เชื่อในกฎแห่งกรรม ทำแต่บุญกุศล
ย่อมพัฒนาจิตตน ให้พ้นจากบาปกรรม
สร้างกุศลทุกวัน จิตตนนั้นสูงขึ้น
เหมือนดอกบานชื่น ผู้ใดยลรื่นรมย์ใจ

(๒๑ มีนาคม ๒๕๖๕)



❁ วันคืนล่วงไป อย่าให้กรรมมาตัดรอน ให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทเถิด

(๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๔)

❁ เพียรสั่งสมบุญไว้ มองหน้าก็มีหวัง มองหลังก็ภูมิใจ

(๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๔)

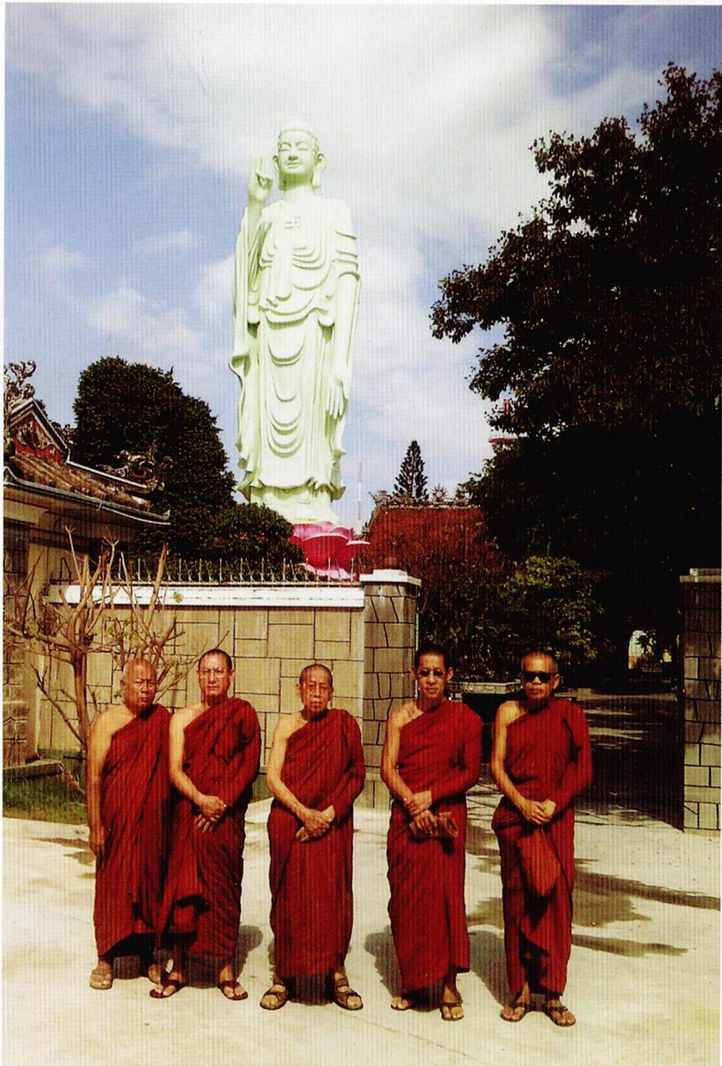
❁ วันเวลาล่วงเลยไป เราทำอะไรอยู่ เพียรสร้างฐานะ ดูแลสุขภาพและเจริญปัญญาเพื่อความพ้นทุกข์

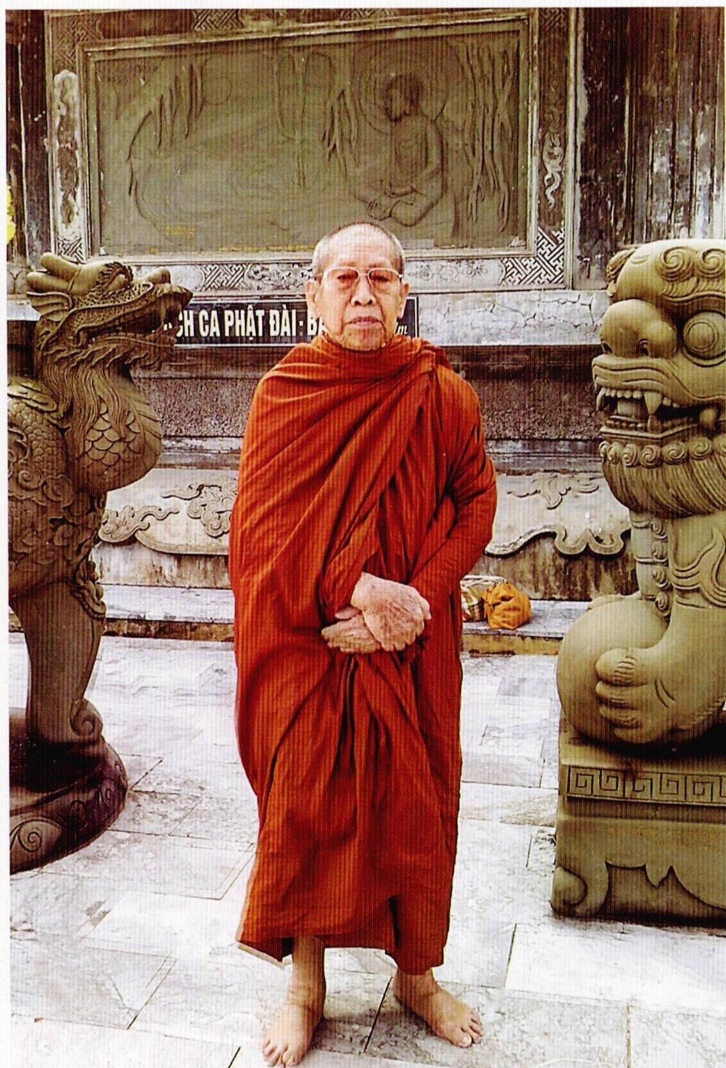
(๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

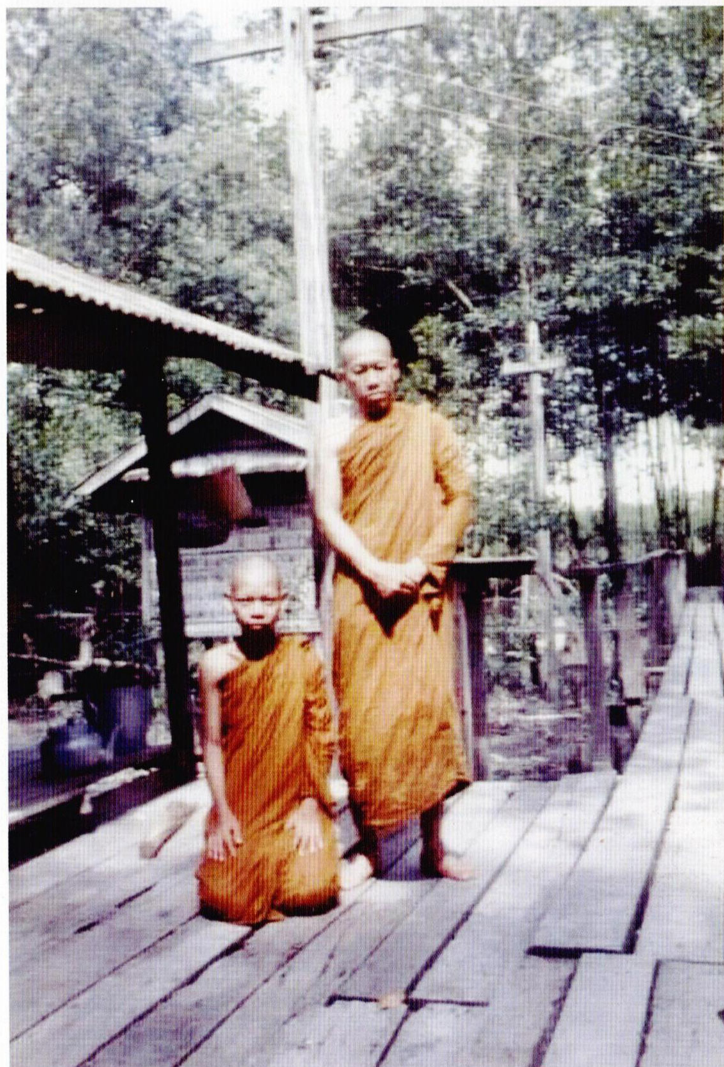


อยู่ในโลกนี้ ต้องมีมิตรสหาย
จึงจะอยู่สบาย เรื่องร้ายไม่ค่อยเกิด
ถ้าเพียรไม่ถอย สิ่งที่คอยถึงแน่
มัวแต่นั่งแช่ คงต้องแพ้เขา
ละบาปยังไม่ได้ ให้สร้างบุญขึ้นมา
มีโอกาสก้าวหน้า ไม่เป็นข้ากิเลส
รักษาศีลมีสัตย์ มีสติพัฒนา
เกิดสมาธิปัญญา ปัญหาชีวิตลดลง

พระ[illegible]
๒๕ พ.ค. ๓๕




CH CA PHẬT ĐÀI







ผู้ไม่ต้องการทุกข์ ต้องแสวงสุขให้ถูกทาง



เหตุที่จิตหวั่นไหว เพราะมีไม่พอใช้
เวลาว่างมากเกินไป ไม่มีงานใดทำ
ถูกบีบคั้นจิตใจ ให้จำต้องรับใช้
บางทีเกิดป่วยไข้ ถูกโรคภัยเบียดเบียน

สิ่งแวดล้อมเป็นภัย ตกอยู่ในดงสลัม
เพื่อนฝูงจูงลงต่ำ ให้ทำงานทุจริต
มัวเมาในอบายมุข ครอบครัวไม่เป็นสุข
ผู้ไม่ต้องการทุกข์ ต้องแสวงสุขให้ถูกทาง

(๒๒ มีนาคม ๒๕๖๕)

หาโอกาสไม่ได้ ขอให้สร้างขึ้นมา
ยามค่ำมาหา จัดเทียนมาจุด
ไม่มีความรู้ ต้องไปหาครูสอน
ทำอะไรถูกขั้นตอน ทำขอนเป็นกระดาน

เป็นคนเหมือนกัน คนขยันย่อมก้าวหน้า
คนคร้านไร้ปัญญา พาตนให้ตกยาก
หมั่นฝึกหัดขัดเกลา คนโง่เง่าฉลาดขึ้น
มุ่งจิตใจแช่มชื่น ต้องฝืนใจภาวนา



(๔ ธันวาคม ๒๕๖๔)

รู้จักเลือกเกิด เพราะบุญเก่าชูเชิด
ได้พ่อแม่ประเสริฐ เลิศด้วยฐานะดี
รู้จักศึกษา เลือกหาอาจารย์
รวยเพราะเลือกงาน กิจการเจริญไว
รู้จักเลือกคู่ ผู้ถือศีลอาจินต์
ช่วยทำมาหากิน อยู่ถิ่นที่เจริญ
รู้จักเลือกวัด หมั่นปฏิบัติธรรม
คุณธรรมช่วยค้ำ สุขสำราญบานใจ

(๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เลือดข้นกว่าน้ำ ญาติสำคัญกว่าใคร
รู้จักตักเตือนใจ อย่าได้ดูหมิ่นท่าน
เกิดมามีชีวิต ญาติมิตรช่วยค้ำชู
เมื่อเราเกิดมีศัตรู หมู่ญาติอาจช่วยได้
คนเดียวหัวหาย ไม่วายญาติคุ้มภัย
ยามสิ้นลมหายใจ ท่านได้ช่วยจัดการ
อย่าทะนงบังอาจ ดูถูกญาติของตน
ถ้าถึงคราวอับจน จะไร้คนช่วยเหลือ

(๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เห็นทุกข์ในสงสาร อย่าทำการที่ผิด
พยายามฝึกจิต คิดขวนขวายทางชอบ
มีสินอย่าอวดรวย รูปสวยอย่าอวดตัว
ถูกคนเลวพันพัว อาจเสียตัวได้ง่าย
อย่าผูกมิตรคนพาล อย่าอวดหาญคนกล้า
อาจพลาดพลั้งเสียท่า จึงอย่าได้ประมาท
ของแพงอย่ามักกิน อย่ายินดีเป็นพาล
มุ่งมั่นดัดสันดาน นานไปจะรุ่งเรือง

(๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ฝันไกลไร้การทำ ฐานะต่ำแก้ยาก
ถ้าไม่สู้ลำบาก ต้องตรากตรำไปนาน
ไม่เข้าใจทำงาน รายได้กิจการลด
เมื่อต้นทุนใกล้หมด จิตใจเริ่มหดหู่

มีความรู้ดีแล้วทำ นำไปสู่ความสำเร็จ
ทำสิ่งใดให้สังเกต จะเป็นเหตุฟื้นตัวได้
คิดอะไรไม่เท่า เข้าใจคิดทำดี
ใจสู้อย่าได้หนี ชีวิตนี้มีคุณค่า

(๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ฝึกกายไว้ทำงาน ทำกิจการพอไหว
แต่ปัญญาไม่ไว มีรายได้ขั้นต่ำ
ฝึกวาจาให้ดี เกิดวจีไพเราะ
เป็นนักร้องเสียงเสนาะ เพื่อรายได้เหมาะสม

ฝึกจิตของเราไว้ ให้สงบผ่องใส
เกิดสุขทั้งกายใจ มีอนามัยสมบูรณ์
ผลของการฝึกจิต พิชิตตัณหาได้
หมดปัญหาทางใจ ได้มรรคผลนิพพาน

(๒๘ มีนาคม ๒๕๖๕)



อยากรู้ต้องศึกษา
มุ่งเงินตราเอางาน
อยากเข้าใจต้องอ่าน
มุ่งสำราญสร้างบุญ

อยากชนะหัดต่อสู้
มุ่งหาคู่หมั่นเยี่ยม
อยากสงบรู้จักเจียม
มุ่งราชการเตรียมคุณ

อยากมีชื่อหัดเขียน
มุ่งก้าวหน้าพากเพียร
อยากสบายไร้เบียดเบียน
มุ่งงามแต่งตัวเนี่ยน

อยากอายุยืนถือศีล
มุ่งสิ้นใจดีมีธรรม
อยากได้ความสุขล้ำ
มุ่งบำเพ็ญภาวนา

(๑๖ เมษายน ๒๕๖๕)

ชีวิตที่ยิ่งใหญ่
อาจไร้คุณความดี
ชีวิตมีศักดิ์ศรี
ต้องสร้างบารมีไว้

ชีวิตที่ประมาท
อาจพลาดพลั้งลงได้
ล้มแล้วลุกให้ไว
อย่าปล่อยให้ใจเสีย

ชีวิตที่ดีงาม
พยายามทำกุศล
อย่าให้ใจมืดมน
เสียคนที่เกิดมา

ชีวิตทรงคุณค่า
ต้องกล้าเสียสละ
หมั่นลดทิฐิมานะ
ละกิเลสตัณหาลง



(๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



จอดเรือให้ดูฝั่ง ลงนั่งให้ดูพื้น
เมื่อจะล้างสิ่งอื่น อย่าลืมฟื้นฟูตน
จะทำสิ่งใดก็ติด ถ้าจิตไม่พัฒนา
แต่งตัวอย่างหรูหรา แต่ขาดสัจวาจา

จงอย่าเพิ่งสิ้นหวัง การตั้งตนทางดี
ผลงานของเรานี้ ชี้แจงเห็นชัดเจน
หมั่นพัฒนาตน ไม่เกรงคนนินทา
จะเกิดคุณนักหนา ถ้าตนเองดีขึ้น

(๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

⊛ **ตัณหา**พาไปสู่ความทุกข์
ฉันทะพาไปสู่ความสำเร็จ

(๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔)

⊛ ศาสนาพุทธเป็นศาสนาของเหตุผล ควรทำบุญเสมอๆ

การทำเหตุดีผลดีจะเกิดกับเราทั้งในปัจจุบันและอนาคต

(๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

สินทรัพย์รักษากาย ศีลธรรมรักษาใจ

(๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๔)





ทาน ศีล ภาวนา
พาให้จิตใจสูง



ภาษาบอกเชื้อชาติ มารยาทบอกตระกูล
คุณธรรมเทิดทูน ความชั่วสูญสิ้นลง
ร่างมนุษย์เรานั้น รูปพรรณคล้ายกัน
ส่วนจิตใจนั้น แตกต่างกันไป

ความโลภ โกรธ หลง ส่งให้ทำต่ำช้า
ทาน ศีล ภาวนา พาให้จิตใจสูง
จิตใจสูงขึ้น ลดความขมขื่น
ใบหน้าแช่มชื่น รื่นเริงบันเทิงใจ

(๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เราเกิดมาทำไม คนทั้งหลายมุ่งสุข
แต่มักจะเกิดทุกข์ ถ้าหาสุขผิดทาง
ต้องการให้พ้นทุกข์ ถึงสุขที่เที่ยงแท้
ควรหมั่นทวนกระแส ไม่แส่ส่ายทางโลก

ทวนกระแสกิเลส เหตุเกิดทุกข์ขึ้นมา
ด้วย**ทาน ศีล ภาวนา** พาจิตใจสูงขึ้น
หมั่นเพิ่มสติปัญญา ทำให้ได้ลดปัญหา
มองอดีตลือชา มองอนาคตปีติ

(๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

สุขทุกข์ทั้งหลาย อยู่ภายในตัวเรา
ดีชั่วหนักเบา ต้องเข้าใจบำเพ็ญ

สุขอยู่ที่การให้ เสียสละข้าวของไป
กลับได้สุขมาไว้ ในจิตใจของตน

สุขอยู่ที่ศีลธรรม ไม่ย่ำยีผู้ใด
เกิดความสุขภายใน นำจิตใจร่มเย็น

บำเพ็ญภาวนา พัฒนาชีวิต
ผู้ชำระดวงจิต มีสิทธิ์พ้นทุกข์ภัย

(๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

ร่างกายคล้ายกับบ้าน วิญญาณมาอาศัย
หมั่นซ่อมแซมกันไป ได้อาศัยอยู่นาน
ทำทานเพิ่มเสบียง รักษาศีลเลี่ยงบาป
สวดมนต์ไหว้กราบ ให้ซาบซึ้งคุณธรรม

มุ่งมั่นพัฒนาจิต หมั่นอุทิศกุศล
ให้ท่านผู้วายชนม์ ได้ผลบุญจากเรา
เราทำคุณประโยชน์ ทั้งได้โปรดผู้อื่น
เรามีจิตแช่มชื่น ท่านก็ได้รื่นรมย์ใจ

(๒๔ ธันวาคม ๒๕๖๔)

รู้จักพอย่อมก่อสุข จะไม่ทุกข์เพราะสิ้นเปลือง
มีอาชีพที่รุ่งเรือง เลื่องลือในความมั่งมี
เกิดศรัทธาทางธรรม น้ำใจชอบเอื้อเฟื้อ
ได้ลาภผลล้นเหลือ เผื่อไปถึงชาติหน้า

รักษาศีลเป็นนิตย์ จิตใจใสสะอาด
ปราศจากโรคาพาธ อาจอยู่ถึงวัยชรา
รีบสั่งสมบุญเอาไว้ นานไปเป็นบารมี
สุขสบายในโลกนี้ ไปโลกหน้าสุคติ

(๔ มกราคม ๒๕๖๕)

เมื่อเกิดเป็นชาวพุทธ นับว่าสุดแสนโชคดี
ให้ชีวิตเรานี้ ได้มีการพัฒนาจิต
ชะตาของคนเรา นั้นเอาแน่ไม่ได้
สุดแต่กรรมทำไว้ จะให้ผลติดตาม

ทำทานมักได้ลาภ มีศีลเพิ่มสุขภาพ
ภาวนาล้างใจหยาบ คุณภาพจิตผ่องใส
เกิดมาทั้งที ทำดีให้ได้
ยามจากโลกไป ใกล้ถึงนิพพาน

(๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ผู้ที่มีศรัทธา กล้าสละทรัพย์สิน
ทั้งอาหารการกิน ไม่กลัวจะสิ้นเปลือง
อานิสงส์ให้ทาน บันดาลความมั่งมี
เหมือนปลูกต้นไม้ดี ย่อมทวีผลมากมาย

ผู้รักษาศีลธรรม รูปงามขำสมส่วน
โรคภัยไม่รบกวน ชวนให้อายุยืน
หมั่นไหว้พระสวดมนต์ ขวนขวายภาวนา
มักเพิ่มสติปัญญา พาพ้นทุกข์เร็วพลัน

(๑๓ มีนาคม ๒๕๖๕)

กิเลสตัณหา มาครอบงำจิต
พาให้เห็นผิด คิดพูดทำทางชั่ว
พุทธธรรมคำสอน ช่วยตัดรอนกิเลส
ลดการทำเหตุ ภทภัยเลวร้าย



หมั่นทำทานไว้ ให้ใจลดโลภะ
มีศีลคุมโทสะ ลดเกะกะเกเร
มุ่งฝึกภาวนา พาเกิดสติปัญญา
เมื่อผู้รู้แก่กล้า โมหาคติจางลง

(๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



⊛ ทำ**ทาน**อิ่มใจ รักษา**ศีล**เย็นใจ **ภาวนา**สงบใจ

(๑๓ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

⊛ สังขารดับไปสิ้นไปเป็นธรรมดา เร่งพัฒนาจิตใจด้วยทาน ศีล ภาวนา

(๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

⊛ ธรรมะเป็นของคู่ปรับกัน
โลภแก้ด้วย**ทาน**
โกรธแก้ด้วย**ศีล**
หลงแก้ด้วย**ภาวนา**

(๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๔)



ถึงวันเกิดของตน ให้ขวนขวายเพิ่มบุญ เพื่อเป็นคุณแก่ตน



ถึงวันเกิดของตน ให้ขวนขวายเพิ่มบุญ
สร้างบารมีมาหนุน เพื่อเป็นคุณแก่ตน
ระลึกคุณบุพการี มีพ่อแม่คุณครู
ถ้าท่านยังคงอยู่ คอยดูแลท่านบ้าง
หากท่านล่วงลับไป ให้บำเพ็ญกุศล
แผ่กัลปนาผล เพื่อให้ท่านดลสุข
กตัญญูกตเวที คือเครื่องหมายคนดี
เกิดมาในโลกนี้ ได้ชีวิตเจริญขึ้น

(๑๙ ธันวาคม ๒๕๖๔)

วันพ่อแห่งชาติ ประกาศคุณบิดา
ผู้ให้กำเนิดเรามา ลูกอย่าได้ลืมคุณ
ท่านมุ่งทะนุถนอม โดยยอมลำบาก
สู้ทนทุกข์ยาก อยากให้ลูกได้ดี

ลูกต้องกตัญญู รู้จักกตเวที
ทำตนเป็นคนดี มีการตอบแทนคุณ
เมื่อท่านยังอยู่ รู้จักรับใช้
แม้ท่านล่วงลับไป เข้าใจอุทิศกุศล

(๕ ธันวาคม ๒๕๖๔)

วันรัฐธรรมนูญ อนุสรณ์ความเป็นธรรม
เป็นหลักที่จะนำ ย้ำความสุขให้ปวงชน
ธรรมนูญบ้านเมือง ประเทืองความสงบสุข
เป็นไปตามยุค ลดความทุกข์ยาก

ธรรมนูญองค์การ ด้านจัดระเบียบหมู่
ให้พนักงานดู เพื่อรู้จักทำตาม
ธรรมนูญชีวิต ลิขิตให้เข้าใจ
เพื่อให้เราตามไป อนาคตจะได้ดี

(๑๐ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ถึงวัน**สิ้นปีเก่า** เข้าใจพิจารณา
บุญหรือบาปทำมา สิ่งใดมากกว่ากัน
โคถึกถอยร่นไป พยัคฆ์ใหญ่มารับใช้
เพื่อให้เกิดโชคชัย ไปสู่ความเจริญ

เมื่อกาล**ขึ้นปีใหม่** ใส่ใจเพิ่มกุศล
สร้างไว้เป็นบุญตน ส่งผลให้เป็นสุข
ดิถีขึ้นปีใหม่ จงอย่าได้เป็นทุกข์
ขอจงประสบสุข ทุกทิพาราตรีกาล

(๑ มกราคม ๒๕๖๕)

วันครูแห่งชาติ ประกาศคุณครู
ศิษย์มีความรู้ เพราะครูช่วยสอน
ครูเป็นบุพการี ศิษย์มีกตัญญู
หายากทั้งคู่ เป็นผู้ดีสังคม

ครูดีศิษย์ดี มีการพัฒนา
ประเทศก้าวหน้า ประชาชนเจริญ
ครูเป็นประทีป เสริมชีพให้ศิษย์
ส่งเสริมความคิด ให้จิตมีคุณธรรม

(๑๖ มกราคม ๒๕๖๕)

ถึง**วันตรุษวันสารท** ประกาศยามเซ่นไหว้
เนื่องด้วยความตั้งใจ ให้เทพเจ้าของตน
เรื่องบรรดาปวงชน ความสนใจต่างกัน
แต่กฎแห่งกรรมนั้น มีผลมั่นคงแน่

ปุถุชนคนเรา ทำเอาทั้งบุญบาป
ควรที่จะได้ทราบ เพื่อลดบาปเพิ่มบุญ
ฝึกเมตตาการุณย์ ได้เพิ่มคุณความดี
แม้เมื่อจากโลกนี้ ย่อมไปสู่สุคติ

(๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

วันมาฆบูชา หมุนเวียนมาบรรจบ
ให้ปวงสงฆ์เคารพ นบทำตามหลักการ
จิตมุ่งมั่นอดทน ขวนขวายสู้กิเลส
จวบจนเข้าถึงเขต ปฏิเวทบรมธรรม

เป็นพระละทำร้าย อย่าได้เบียดเบียนใคร
หมั่นละบาปลงไป ให้บำเพ็ญกุศล
มุ่งชำระจิตใจตน ไปจนกว่าบริสุทธิ์
จะได้ถึงซึ่งวิมุติ หลุดพ้นทุกข์ทั้งปวง

(๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

พระเจ้าพระสงฆ์ อาจารย์ผู้ทรงคุณ
เมตตาการุญ ชี้แจงเรื่องบุญบาป
ปู่ย่าตายาย พ่อแม่ให้กำเนิด
จึงได้มาเกิด ช่วยเชิดหน้าชูตา

เทศกาลสงกรานต์ เมื่อคืบคลานมาถึง
ผู้รู้ให้คำนึง ถึงผู้มีพระคุณ
กตัญญูกตเวที **เป็นเครื่องหมายคนดี**
ผู้กอปรกรณีย์ ชีวิตนี้รุ่งเรือง

(๑๓ เมษายน ๒๕๖๕)

วันเถลิงศกใหม่ ส่งท้ายในปีเก่า
มีผลหนักเบา ตามเราได้ทำมา
ชะตาบ้านเมือง รุ่งเรืองหรืออับเฉา
ขึ้นกับหัวหน้าเรา เข้าใจดูแลไหม



ดินน้ำอากาศ แปรปรวนร้ายกาจ
เพราะมนุษย์ประมาท ไม่ฉลาดรักษา
ธรรมชาติผ่องใส ด้วยชาวประชาใส่ใจ
ลดมลภาวะลงไป ความสุขสบายตามมา

(๑๕ เมษายน ๒๕๖๕)

วันเพ็ญวิสาขะ
ประสูติพระพุทธองค์
ในป่าในพง
ดงลุมพินี
ตรัสรู้ในป่า
พุทธคยา
นอกกรุงพารา
วิเวกชีวา



นิพพานใต้พฤกษ์
ลึกห่างบ้านเมือง
ชื่อเสียงประเทือง
เลื่องลือนานไกล
เป็นเพราะพุทธธรรม
นำคนให้เดิน
เหมือนได้เหาะเหิน
เจริญถึงนิพพาน

(๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



❀ วันเกิด ลูกควรทำความดีเพื่อเป็นบุญกุศลส่งให้พ่อแม่และบุพการี

(๑๑ กันยายน ๒๕๖๔)

❀ ใจต้องมีศีล ภาวนากำกับจะได้ไม่เบียดเบียนตนและผู้อื่น

(๔ มิถุนายน ๒๕๖๔)



ถ้ากิเลสเบาบาง ย่อมห่างจากปวงทุกข์



ตัณหาและกิเลส เป็นเหตุก่อเกิดทุกข์
เมื่อต้องการความสุข รู้จักลุกขึ้นสู้
เอาชนะโลภได้ เนื่องเพราะให้ทานบ่อย
ชนะโกรธแม้น้อย คอยเมตตารักษาศีล

ชนะหลงด้วยศึกษา แล้วบำเพ็ญภาวนา
จนได้ญาณปัญญา พาเกิดความรู้แจ้ง
ถ้ากิเลสเบาบาง ย่อมห่างจากปวงทุกข์
ใกล้ถึงอมตสุข ถึงยุคพระศรีอาริย์

(๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ความยึดมั่นถือมั่น อันตรายต่อจิตใจ
ทิฐิมานะใหญ่ ไม่ยำเกรงผู้ใด
นึกว่าตนเก่งล้ำ มุ่งทำร้ายผู้คน
เกิดเรื่องจลาจล เมื่อฝูงชนร่วมมือ

อัตตาใหญ่ให้ทุกข์ ความสุขลดลงไป
กิเลสเริ่มลามไหม้ ทำลายจิตใจคน
ศิษย์พุทธยุดนะโม เคารพผู้อาวุโส
ลดความหยิ่งวางโต ความเฉโกจางคลาย

(๑๓ ธันวาคม ๒๕๖๔)

กิเลสตัณหา พาชาวโลกวิปริต
ปรุงแต่งดวงจิต คิดมุ่งร้ายหมายขวัญ
พาคนล้มตาย บ้านเมืองเสียหาย
เกิดความวุ่นวาย ระส่ำระสายใหญ่

คำสอนศาสนา พาให้เกิดสำนึก
นานหน่อยก็ลืมตรึก ไม่รู้สึกเดือดร้อน
เราท่านมองเห็นโทษ แต่โปรดเขาไม่ไหว
ขออย่าได้ไว้ใจ ให้เราทำบุญไว้ก่อน

(๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

โลกทุกวันนี้ อาจมีสงครามใหญ่
มิใช่เหตุอื่นใด ได้กิเลสบงการ
โลภอยากแย่งประโยชน์ โกรธจึงได้ตามมา
หลงเป็นที่ปรึกษา ตัณหาพาร่วมมือ

เกิดรบราฆ่าฟัน ห้ำหั่นกันล้มตาย
ส่งผลให้สุดท้าย ล่มสลายแก่บ้านเมือง
ควรฝึกมีศีลธรรม ให้กำกับจิตใจ
ควบคุมกิเลสไว้ ได้สุขสบายด้วยกัน

(๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ยักยอกฉ้อโกง ทำอะไรไม่โปร่งใส
เกิดเศร้าหมองในใจ ทั้งไม่ถูกกฎหมาย
ความโลภเป็นเหตุ ให้กิเลสกำกับ
มุ่งแต่รายรับ ลืมบังคับจิตใจ

โลภมากลาภหาย ลงท้ายถูกจับ
ทางการยึดทรัพย์ ทั้งรับเข้าคุก
ตายไปเป็นเปรต เข้าเขตหิวกระหาย
มารู้เมื่อสาย ตกสู่อบายภูมิแล้ว

(๑๑ เมษายน ๒๕๖๕)

เห็นหน้าฉากดูดี ตำแหน่งหน้าที่สูง
แต่ถูกกิเลสจูง ไปยุ่งเกี่ยวทางผิด
แม้มีความสามารถ ฉลาดในกิจการงาน
แต่ไม่อาจต้านทาน ความร่านเรื่องตัณหา

ศีลธรรมมีไว้ ให้คนสำนึก
ได้หันมาฝึก นึกคิดกรรมฐาน
พิจารณาอสุภะ ลดละความหลง
หันมาเดินทางตรง สูงส่งสู่นิพพาน

(๒๐ เมษายน ๒๕๖๕)

การสู้รบนานไป สงครามใหญ่ตามมา
แต่ละฝ่ายมรณา เกิดโทสาพยาบาท
รบราฆ่าฟันกัน บั่นทอนมนุษยธรรม
ทำให้จิตตกต่ำ ซ้ำเศร้าหมองในใจ

ใช้อาวุธร้ายแรง แข่งกันมุ่งทำลาย
ผู้คนมากหลาย ต่างล้มตายลง
จิตใจเศร้าหมอง ต้องไปสู่อบาย
ซ้ำเติมความชั่วร้าย เสียดายเกิดเป็นคน

(๒ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

คนในโลกยุคนี้ มีความรู้มากหลาย
มักแข่งกันมากมาย เพื่อขยายผลประโยชน์
มุ่งสะสมอาวุธ ยุทโธปกรณ์
ขาดการสังวร จิตใจร้อนรน
ละเลยศีลธรรม พาจิตใจตกต่ำ
จึงมีการกระทำ ย่ำยีบีฑากัน
คนดีทั้งหลาย ควรขวนขวายสร้างบุญ
เพื่อจะได้เกิดคุณ สนับสนุนจิตใจไว้

(๕ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

เพียรเพ่งในกาย หลายส่วนตามจริง
เห็นอสุภะทุกสิ่ง หญิงชายเหมือนกัน
ทวนกระแสกิเลส ลดเหตุเภทภัย
ทนหนาวร้อนได้ จิตใจตั้งมั่น
อดกลั้นหิวกระหาย กล้าสู้อันตราย
ไม่ค่อยกลัวตาย เห็นทุกคนคล้ายกัน
จิตใจพัฒนา ก้าวหน้าตามมรรค
จนแจ้งประจักษ์ ถึงหลักนิโรธพลัน

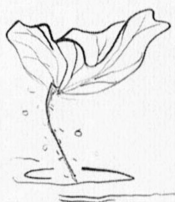
(๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

เป่าไฟใต้ลม
ถ่มน้ำลายรดฟ้า
เป็นคนชั่วช้า
กลับท้าคนดี

ทำตัวเป็นนักเลง
ที่ไม่เกรงใจใคร
ชอบล่วงเกินผู้ใหญ่
ไม่รู้จักสูงต่ำ

เป็นมิตรเมื่อกู้
เป็นศัตรูเมื่อทวง
มายืมเขาไม่หวง
เขาไม่ทวงไม่คืน

อยากได้ทรัพย์ต้องค้า
มุ่งวิชาต้องเรียน
เมื่อมีความพากเพียร
คราวเกษียณไม่ลำบาก



(๒ มิถุนายน ๒๕๖๕)



⊛ พึงเสียสละความโลภด้วย**ทาน** พึงเสียสละความโกรธด้วย**เมตตา** พึงเสียสละความหลง ด้วย**ภาวนา**

(๒๑ เมษายน ๒๕๖๔)

⊛ พระพุทธศาสนาเน้นเรื่องการเสียสละ ความโลภ ความโกรธ ความหลงและทรัพย์สิน

วางก็เบา เอาก็หนัก

(๗ ธันวาคม ๒๕๖๔)



น้ำนิ่งไหลลึก ภาวนาลดคึกคะนอง



ใจดีสู้เสือ เกลือเค็มคงทน
อยู่เมืองรวยล้น อยู่ป่าพ้นโศกเร็ว
น้ำนิ่งไหลลึก ภาวนาลดคึกคะนอง
ปัญญาได้ช่อง มองเห็นความจริง

ชีวิตนี้ชั่วคราว จิตใจอยู่ยาวนาน
ทำดีใจเบิกบาน ทำชั่วไร้อาจหาญ
ควรคิดคำนึง วันหนึ่งถึงโลกหน้า
จงอย่ารอช้า แสวงหาบุญไว้ก่อน

(๑๘ เมษายน ๒๕๖๕)

ซื่อกินไม่หมด **คดกินไม่นาน**
ไม่มีหลักฐาน ต้องจนดักดาน
คนดีชอบแก้ไข **คนจัญไรชอบแก้ตัว**
ความดีชนะชั่ว ความกลัวแพ้องอาจ

ฉลาดทางที่ชั่ว พาตัวเสียชื่อเสียง
ทำชั่วแล้วหลีกเลี่ยง บ่ายเบี่ยงบาปไม่ได้
เป็นคนซื่อแล้วเก่ง ย่อมมีผู้เกรงใจ
ผู้ดีจิตผ่องใส ผู้ร้ายใจเศร้าหมอง

(๒ ธันวาคม ๒๕๖๔)

รักยาวให้บั่น **รักสั้นให้ต่อ**
ฟุ่มเฟือยไม่ก่อ พอตั้งตัวได้
รักจะต่อสู้ รู้ชนะรู้แพ้
เพราะความไม่แน่ เตรียมพร้อมแก้ตัว

รักวัวให้ผูก **รักลูกให้สอน**
เข้าใจอาทร อาการความเจริญ
รักความสุขแท้ ต้องแก้ตัณหา
ทำตามอริยมรรคา พาพ้นทุกข์ภัย

(๙ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า

จงนบนอบผู้เฒ่า เอาใจผู้ช่วยเหลือ
น้ำเชี่ยวต้องออกแรง เจอของแข็งต้องรู้หลบ
ทำสิ่งใดต้องให้จบ ต้องรู้จักกลบของเสีย

พึงสงเคราะห์ปวงญาติ ประกาศกตัญญู
มีความดีคู่ความรู้ ร่วมกันสู้ชนะแน่
อย่าดูถูกคนจน อย่าบ่นด่าลูกหลาน
มุ่งฝึกกรรมฐาน นานไปจะเห็นคุณ

(๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย

ถ้าทำการค้าขาย มีหวังล้มละลาย
ไม่คิดหน้าคิดหลัง ตั้งหน้ารีบร้อน
อยากได้เงินก่อน ตอนท้ายขาดทุน

ควรใคร่ครวญรอบคอบ ประกอบกรณีย์
เมื่อลงทุนทั้งที ต้องให้มีกำไร
ฝึกหัดสมาธิ เพิ่มสติปัญญา
เข้าใจพิจารณา รวยช้าแต่ยั่งยืน

(๒ เมษายน ๒๕๖๕)

ชักน้ำเข้าลึก **ชักศึกเข้าบ้าน**
รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ทำบ้านเมืองเดือดร้อน
รู้รักสามัคคี มีน้ำใจเผื่อแผ่
รักษาศีลแน่วแน่ แก้ปัญหาได้ง่าย

มุ่งฝึกภาวนา พิจารณารอบคอบ
เข้าใจทดสอบ ประกอบความดี
เมื่อมีปัญญา รู้รักษาบ้านเมือง
จึงจะประเทือง รุ่งเรืองตลอดไป

(๗ เมษายน ๒๕๖๕)

มักง่ายได้ยาก **มักลำบากได้ดี**
เจอคนพาลหลีกหนี มีบัณฑิตให้คบ
รักดีหามจั่ว **รักชั่วหามเสา**
อดทนทั้งหนักเบา เอากิจการเป็นใหญ่

ให้ทุกข์แก่ท่าน **ทุกข์นั้นถึงตัว**
อย่าประมาทเมามัว ควรกลัวบาปกรรม
เชื่อกฎแห่งกรรม ทำแต่ความดี
บุญกุศลย่อมทวี ชีวิตนี้เจริญขึ้น

(๒๑ เมษายน ๒๕๖๕)



หวังฝ่าภัยให้พ้น จงฝืนตนเข้มแข็ง
หัดฝึกตนเต็มแรง หมายแซงจนขึ้นหน้า
มากมาจากน้อย ร้อยมาจากสิบ
เก็บหอมรอมริบ ข้าวเต็มกระติบได้

ของดีรู้แบ่งปัน ของนั้นมีค่าสูง
เดินไปไม่ต้องจูง ขึ้นสูงยังพอไหว
มุ่งสำเร็จในชีวิต อย่าดูถูกภาษิต
ช่วยเติมเสริมความคิด พัฒนาชีวิตได้

(๑๓ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ซื่อกินไม่หมด คดกินไม่นาน
ผู้เอื้อเฟื้อเจือจาน จิตใจย่อมเบิกบาน
อยู่เพื่อตนเอง เบ่งไปไม่ไกล
อยู่เพื่อคนทั่วไป อยู่ได้ยั่งยืน

กายวาจาสะอาด ปราศจากมลทิน
อยู่ได้ทั่วทุกถิ่น ศีลธรรมคุ้มครอง
บำเพ็ญภาวนา พัฒนาจิตใจ
เพื่อจิตที่ผ่องใส ไปสุคติแน่นอน

(๗ ธันวาคม ๒๕๖๔)

สุกเอาเผากิน สิ้นกาลงานน้อย
ต้องตั้งใจทำบ่อย คอยรับผลดีแน่
น้ำขึ้นให้รีบตัก มุ่งรักการทำงาน
ตื่นเช้าเฝ้ากิจการ ได้ผลงานเจริญขึ้น



ตบหัวแล้วลูบหลัง ตั้งหน้าคอยตำหนิ
ลับหลังได้ดำริ ทำทีกล่าวขอโทษ
ว่านอนสอนง่าย อาจารย์สบายใจ
เป็นศิษย์ไว้ใจได้ ให้อาจารย์หายกังวล

(๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

❁ คนมีศีลธรรมอยู่ทางโลกก็ไม่ช้ำ
อยู่ทางธรรมก็ไม่เสีย

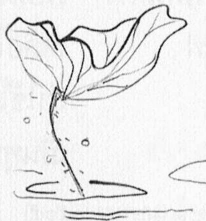
(๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

❁ อรหัง พุทโธ อิติปิ โส ภควา นมามิหัง
ศีลธรรมดี มีปัญญา ใจกรุณา น้อมมาทำจำเริญสุข

(๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๔)

❁ ละบาป บำเพ็ญบุญ สะสมเสบียงบุญ
มุ่งสู่พระนิพพาน

(๑๘ มิถุนายน ๒๕๖๔)





ชีวิตมีคุณค่า ถ้าสั่งสมกุศลบุญ
เป็นทุนไปปรโลก



ชีวิตนี้แสนสั้น จงหมั่นสร้างความดี
มุ่งมั่นทำหน้าที่ ให้มีประโยชน์ไว้
ชีวิตอยู่ชั่วคราว จิตใจไปยาวกว่า
ไม่ควรจะรอท่า เวลามีจำกัด

ชีวิตคือการเดินทาง เรือนร่างใช้อาศัย
ลงท้ายเข้าเตาไฟ เหลือไว้เพียงอัฐิ
ชีวิตมีคุณค่า ถ้าใช้ให้เกิดคุณ
สั่งสมกุศลบุญ เป็นทุนไปปรโลก

(๒๙ เมษายน ๒๕๖๕)

ชีวิตมีคุณค่า อย่าใช้ไปทำบาป
ทำให้จิตชั่วหยาบ เหมือนสาปแช่งตนเอง
สถิตในโลกชั่วคราว ตกอบายยาวนานกว่า
ได้เกิดในแต่ละครา ควรฝืนพาทำความดี

ทำดีให้แก่เขา ทวีสุขเพิ่มแก่เรา
จงอย่าได้ดูเบา เฝ้าทำกุศลไว้
หาโลกีย์ทรัพย์ จับจ่ายในโลกนี้
ถ้าจะให้ยิ่งดี ต้องมีอริยทรัพย์ด้วย

(๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เวลาที่ผ่านไป เป็นได้ดั่งความฝัน
ชีวิตคนเรานั้น มีผันแปรแก่ชราลง
ปวงหมู่ญาติมิตร ผู้ใกล้ชิดเริ่มหายหน้า
เพชรพลอยที่แสวงหา เงินตราลดค่าลง



บาปบุญซึ่งทำไว้ ประทับอยู่ในใจ
เศร้าหมองหรือผ่องใส ตามกรรมที่ทำไป
ผู้ที่หมั่นทำบุญ เป็นทุนหนุนกำไร
เกิดความสุขภายใน นำเราไปสุคติ

(๑๗ มีนาคม ๒๕๖๕)

ชีวิตทรงคุณ**ค่า** เวลาทำประโยชน์
ผู้ใดก่อแต่โทษ ความโฉดเขลาถึงตน
ชีวิตมีราคา เมื่อกล้าทำทานไว้
ผู้ประพฤติเหลวไหล ความจัญไรเกิดขึ้น

ชีวิตสกปรก รกด้วยความทุจริต
ผู้ที่ชอบทำผิด ย่อมทำร้ายจิตตัว
ชีวิตย่อมผ่องใส ทุกครั้งได้ทำบุญ
จิตใจเกิดการุญ ความขุ่นมัวจางคลาย

(๑๒ เมษายน ๒๕๖๕)

ชีวิตเกิดมา อย่าให้ขาดทุน
จงหมั่นทำบุญ เพิ่มทุนตนไว้
มาเกิดโลกนี้ เพื่อทำความดี
ได้เพิ่มบารมี ให้ชีวิตสูงขึ้น

จากโลกเมื่อไร ต้องไปลำพัง
ผู้ทำบุญมีหวัง ถึงฝั่งสุคติ
พระพุทธองค์ทรงชี้ ให้มีศรัทธา
ได้บำเพ็ญภาวนา พาตนพ้นทุกข์ภัย

(๑๗ เมษายน ๒๕๖๕)

ชีวิตของคนเรา ก่อนเข้าถึงจุดจบ
ย่อมต้องประสบ พบเรื่องราวน้อยใหญ่
เหตุการณ์ทั้งดีร้าย ยากหมายรู้ล่วงหน้า
สุดแต่ปัญญา แก้ปัญหาแค่ไหน

ความรู้วิชาการ ช่วยงานได้ชั่วคราว
มุ่งประโยชน์ยืนยาว ควรก้าวไปทางธรรม
การกระทำของเรานี้ ย่อมมีทั้งบาปบุญ
ผู้ใดใจการุณย์ คุณธรรมมักส่งเสริม

(๗ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ยังไม่ถึงวิมุตติ ไม่รู้ใครหลุดพ้น
ในสังคมของคน จึงเริ่มต้นสมมุติ
เป็นผู้น้อยผู้ใหญ่ ให้ได้จัดระเบียบ
ตั้งวุฒิเข้าเทียบ เพื่อสังคมเรียบร้อย

การสัมมาคารวะ พระให้ปฏิบัติไว้
เพื่อเกิดคุณทางใจ ได้ลดทิฐิลงไป
ผู้มุ่งหลุดพ้น ให้ขวนขวายภาวนา
เมื่อเกิดสติปัญญา จึงไม่มากังวล

(๘ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ชีวิตที่ดำรง ย่อมมีตรงมีคด
เกิดสุขทุกข์ปรากฏ ตามกำหนดแห่งกรรม
ควรมีศิลป์ชอบ ประกอบเป็นมงคล
ทำให้ดีมีผล ปวงชนย่อมนิยม



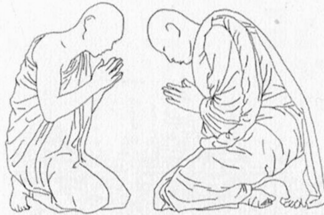
เคร่งครัดตามวินัย ไม่ทำไปตามใจ
เคารพต่อผู้ใหญ่ อย่าได้ทำล่วงเกิน
กตัญญูรู้คุณ เกื้อหนุนบุพการี
ชีวิตของเรานี้ ย่อมมีความมงคล

(๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ชีวิตของเรา อย่าปล่อยเสียเปล่า
จะหนักหรือเบา เอาประโยชน์ให้ได้
เกิดมาทั้งที ต้องทำดีฝากไว้
อย่าทำเหลวไหล ให้คนดูถูกได้

นอกจากการอาชีพ ควรรีบสร้างบุญ
จะได้ช่วยค้ำจุน เป็นทุนไปชาติหน้า
คราวจากโลกนี้ ไม่มีใครไปด้วย
แต่ว่าบุญตามช่วย ได้อวยสุขให้ต่อไป

(๒๘ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



❁ ชีวิตต้องดูแลทั้ง**โลกียทรัพย์**และ**อริยทรัพย์**

(๒๖ สิงหาคม ๒๕๖๔)

❁ พัฒนาจิตใจตนเองให้โลภ โกรธ หลงน้อยลงได้
ปัญหาสังคมจะน้อยลงไป

(๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔)

❁ ให้เติมเสบียงบุญทุกวัน ทุกเดือน ทุกปี
ชีวิตจะดีขึ้น

(๒๒ กรกฎาคม ๒๕๖๔)



ชีวิตของเรา อย่าปล่อยเสียเปล่า
จะหนักหรือเบา เอาประโยชน์ให้ได้
เกิดมาทั้งที ต้องทำดีฝากไว้
อย่าทำเหลวไหล ให้คนดูถูกได้
นอกจากการอาชีพ ควรรีบสร้างบุญ
จะได้ช่วยค้ำจุน เป็นทุนไปชาติหน้า
คราวจากโลกนี้ ไม่มีใครไปด้วย
แต่ว่าบุญตามช่วย อวยสุขให้ต่อไปได้

๒๕ พ.ค. ๓๕



รู้จักให้อภัย หลุดพ้นเวรน้อยใหญ่ ได้ความสุขคืนมา



รู้จักให้อภัย ลดปัญหาลงไป
หลุดพ้นเวรน้อยใหญ่ ได้ความสุขคืนมา
คนมีบุญและบาป ประณีตและหยาบคาย
บางท่านสุขสบาย บางคนล้มละลาย

แสวงหาความรู้ มุ่งสู่จุดประสงค์
เดินทางไปให้ตรง ลงท้ายถึงที่หมาย
ผู้ตั้งใจมุ่งดี ไม่มีทางแปรผัน
หมายมั่นเพื่อสร้างสรรค์ สู่สวรรค์ง่ายดาย

(๓๐ มีนาคม ๒๕๖๕)

ตายแล้วต้องเกิดใหม่ ถ้าไม่สิ้นกิเลส
ควรรู้จักบุญเขต สร้างเหตุกุศลไว้
มุ่งประโยชน์ชาติหน้า ศรัทธาในกฎกรรม
หมั่นรักษาศีลธรรม มีน้ำใจเสียสละ

ได้บำเพ็ญภาวนา เกิดสติปัญญา
เข้าใจเรื่องชาติหน้า ที่พระศาสดาทรงแสดง
เมื่อเตรียมตัวไว้ดี มีบุญสะสมไว้
แม้จากโลกนี้ไป ไม่ต้องหวั่นไหวเลย

(๒๗ มกราคม ๒๕๖๕)

คนที่เกิดมานี้ มี**สมบัติ**ต่างกัน
คติสมบัตินั้น เพราะถิ่นฐานมั่นคง
อุปธิสมบัติ เคร่งครัดสุขภาพดี
โรคร้ายนั้นไม่มี ใครไม่มาบีฑา

ได้**กาลสมบัติ** ขณะรัฐบาลเจริญ
ไร้ผู้ร้ายล่วงเกิน เพลิดเพลินความเป็นอยู่
ปโยคสมบัติ ได้จัดการอย่างดี
ความเป็นอยู่มั่งมี ยุคเศรษฐกิจทวีตัว

(๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

หมั่นพิจารณาสังขาร อย่าหาญกระทำบาป
มีจิตใจชั่วหยาบ จะถูกสาปลงอบาย
จงเมตตาต่อมิตร อย่าคิดร้ายต่อเพื่อน
เรื่องเล็กให้กลบเกลื่อน อย่าแชเชือนเรื่องใหญ่

โทษผิดตนจงรู้ อย่าดูหมิ่นผู้อื่น
ให้เขาเกิดความขมขื่น ทำเราขาดรื่นรมย์ใจ
เข้าเถื่อนอย่าลืมพร้า เข้าพาราอย่าลืมเงิน
ไม่อยากถูกล่วงเกิน อย่าเพลินจนลืมตัว

(๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ชีวิตของคนเรา เอาแน่ไม่ค่อยได้
เดี๋ยวจากโลกนี้ไป เข้าอยู่ในโลกหน้า
รีบทำดีไว้เถิด เกิดผลบุญแก่ตน
ไม่หวังเทพเบื้องบน สนใจช่วยหรือไม่

ศีล สมาธิ ปัญญา สามารถใช้พึ่งตน
ช่วยให้หลุดพ้น จากวังวนสังสารวัฏ
เดินทางสายกลาง ไปทางอริยมรรค
ไม่ช้าย่อมได้พัก ถึงมรรคผลนิพพาน

(๑๒ มีนาคม ๒๕๖๕)

มงคลทั้งหลายนี้ ที่พุทธองค์ทรงแสดงไว้
ผู้ที่ทำตามได้ จิตใจย่อมสูงขึ้น
จงเว้นคบคนพาล ควรคบคนบัณฑิต
บูชาเป็นเนืองนิตย์ ผู้ที่ชีวิตดีงาม

อยู่ถิ่นที่ดีไว้ มีบุญในปางก่อน
ตั้งตนให้แน่นอน กระฉ่อนคงแก่เรียน
ชำนาญในศิลป์ อาจิณต่อวินัย
สามารถการปราศรัย ย่อมได้มงคลธรรม

(๙ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

บำรุงมารดาบิดา สงเคราะห์บุตรภรรยา
การงานไม่ค้างคา พาให้เกิดมงคล
ยินดีการให้ทาน ประสานศีลธรรมไว้
ช่วยเหลือญาติทั่วไป ได้งานไม่มีโทษ

ไม่ทำบาปกรรม สำรวมจากน้ำเมา
เว้นประมาทขัดเกลา เข้าใจคารวะ
รู้จักถ่อมตัวดี พอใจตามที่ได้
กตัญญูรู้คุณไว้ ใฝ่ฟังธรรมนำมงคล

(๑๐ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

มีความอดทน เป็นคนว่าง่าย
เห็นสมณะทั้งหลาย ซึ่งเป็นฝ่ายมงคล
สนทนาธรรมตามกาล เพียรผลาญกิเลส
ถือพรหมจรรย์เป็นเหตุ เจตนามงคล

ได้เห็นอริยสัจ แจ้งชัดนิพพาน
ถูกโลกธรรมไม่สะท้าน เป็นกาลมงคล
ไม่มีโศกเศร้า ปราศจากเถ้าธุลี
จิตเกษมเปรมปรีดิ์ **เกิดมงคลอุดมดี**

(๑๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ต้องการ**มงคล** สนใจละชั่ว
ตั้งใจทำตัว ให้ดีทั่วถึง
ทั้งกายวาจาใจ ตั้งตนไว้ให้ชอบ
ถูกต้องตามระบอบ ประกอบสุจริต

เว้นสิ่งพึงเว้น บำเพ็ญตามคุณธรรม
ศรัทธากฎแห่งกรรม ดำเนินทางสายกลาง
เกิดมาเป็นคน อย่าทำอกุศล
หมั่นพัฒนาตน จนถึงพระนิพพาน

(๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



❁ ความกตัญญูเป็นเครื่องหมายของคนดี

(๒๓ กันยายน ๒๕๖๔)

❁ **เกิด แก่ เจ็บ ตาย** เป็นของเสมอกัน
แต่คนเรามีความแตกต่างกันตามเหตุปัจจัยที่ทำมา
ทั้งในอดีตและปัจจุบัน

(๙ ตุลาคม ๒๕๖๔)

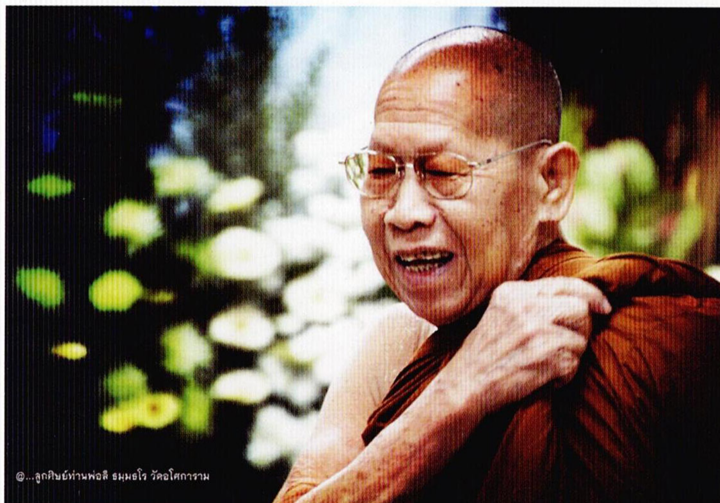
❁ ถ้าลดกิเลสตัณหาลงได้แล้ว การเกิด แก่ เจ็บ ตาย
จะน้อยลง จนถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้คือ พระนิพพาน

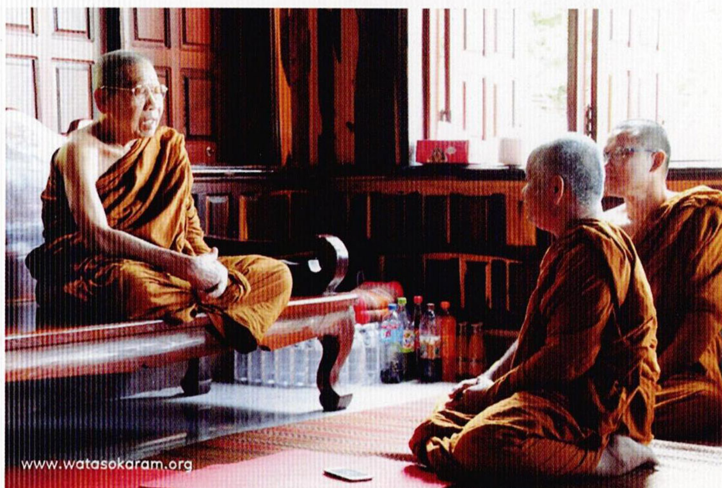
(๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

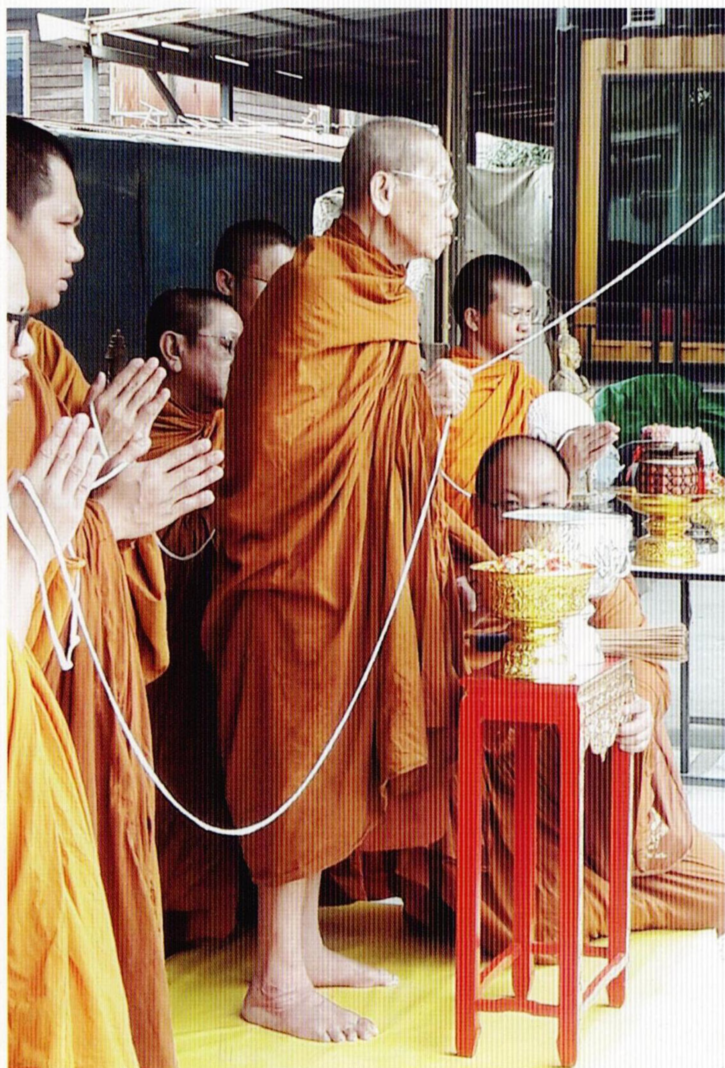


พระพุทธิสารเถร (ซ้าย) พระธรรมเจติยาจารย์ (ขวา)
วัดพระศรีมหาธาตุ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร




@...ลูกศิษย์ท่านพ่อลี ธมฺมธโร วัดอโศการาม


www.watasokaram.org





ผู้หมั่นฝึกสติ มีสมาธิระวัง จะพลาดพลั้งน้อยลง



ขาดสติเมื่อไร　　จิตใจไหวหวั่น
ไร้สิ่งป้องกัน　　ขาดเครื่องกั้นเสียหาย
ขับรถมักเผลอตัว　　ลืมกลัวอันตราย
อาจถึงกับล้มตาย　　ชีพวางวายก่อนกาล

ทำสิ่งใดขาดสติ　　สมาธิไม่เกิด
ปัญญาจึงเตลิด　　ละเมิดข้อกฎเกณฑ์
ผู้หมั่นฝึกสติ　　มีสมาธิระวัง
ช่วยรู้จักยับยั้ง　　จะพลาดพลั้งน้อยลง

(๑๔ เมษายน ๒๕๖๕)

ผู้ปฏิบัติธรรม
นำสติปัญญา
ช่วยลดละตัณหา
พาให้ลดความทุกข์

ไม่ต้องถูกจองจำ
ไม่ต้องคำพิพากษา
ไม่ได้เคยถูกคร่า
พาให้ขึ้นโรงพัก

ปิดประตูนรก
ไม่ตกไปทุคติ
เพราะไม่ได้ดำริ
มิคิดทำชั่วร้าย



คนดีมีคุณธรรม
บำเพ็ญตามพระสอน
สามารถละนิวรณ์
จึงไม่ต้องร้อนใจ

(๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)



ยามมั่งมีหมั่นเก็บ
ยามเจ็บรู้จักจำ
เข้าใจคิดก่อนทำ
เป็นผู้นำทำบุญ

คนเราเมื่อเกิดมา
มุ่งพัฒนาจิตใจ
การอาชีพน้อยใหญ่
เพียงใช้บำรุงกาย

มีสติเพิ่มมา
ปัญญาย่อมบังเกิด
ปล่อยให้สติเตลิด
เกิดทุกข์ภัยรังควาน

โลกเราอยู่ชั่วคราว
โลกวิญญาณยาวกว่า
ควรต้องปลูกศรัทธา
สร้างบารมีไว้เสมอ

(๑๔ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ทำตามอำเภอใจ　　พูดไปตามอารมณ์
ถ้าไร้ความเหมาะสม　　สังคมถูกทำลาย
เร่ร่อนทั่วไป　　จิตใจฟุ้งซ่าน
เที่ยวไปเพ่นพ่าน　　เหมือนเป็นพาลชน

ย่างเดินทีละก้าว　　กินข้าวทีละคำ
มีสติประจำ　　นำสู่สันติธรรม
ระวังเรื่องการงาน　　กิจการบรรจง
ด้วยจิตใจมั่นคง　　ธำรงความสุขสันต์

๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ผู้สูญสิ้นชีวี　　ชีวิตนี้จบลง
สังขารได้ปลดปลง　　ลงสู่ปฐพี
ต้องอาศัยญาติมิตร　　ผู้มีจิตอารี
จัดงานศพให้ดี　　จนเป็นที่เรียบร้อย

ส่วนวิญญาณของใคร　　พ้นไปจากโลกนี้
ทุกท่านควรต้องมี　　เสบียงบุญที่เตรียมไว้
ผู้ซึ่งไม่ประมาท　　ไม่ขาดสติปัญญา
เมื่อจากไปโลกหน้า　　ย่อมสามารถช่วยตน

๑๖ มีนาคม ๒๕๖๕)

สิ่งทั้งปวงควรหรือ จะไปยึดถือมั่น
อาจเกิดทะเลาะกัน เพราะไม่ยอมแบ่งปัน
ให้บำเพ็ญภาวนา จนเกิดสติปัญญา
จะได้ลดละอัตตา เพื่อกล้าปล่อยวางตน

ทุกสิ่งอนิจจัง ทุกขังกั้นไม่ไหว
อนัตตาบัญชาไม่ได้ จะไม่ต้องถือมั่น
ยึดมั่นมากทุกข์ยาก เกิดลำบากกายใจ
ใครปล่อยวางเสียได้ สุขใจย่อมเข้ามาแทน

(๒๙ มีนาคม ๒๕๖๕)

ข่าวสารทุกวันนี้ มีทั้งจริงและลวง
ผู้คนทั้งปวง ล่วงรู้ได้ยาก
ให้รู้จักพิจารณา หาเหตุผลต้นปลาย
จากนั้นจึงคลี่คลาย ได้ง่ายโดยลำดับ

ฝ่ายใดได้เสีย เฉลี่ยไปให้ดี
พอจะได้รู้ที ฝ่ายไหนมีผลกว่า
ฟังหูไว้หู เหมือนต่างหูถ่วง
จนเข้าใจลุล่วง ไม่ถูกลับลวงพราง

(๑ เมษายน ๒๕๖๕)

ผู้ที่หวังความสุข
ต้องบุกบั่นทางบุญ
เกื้อกูลอุดหนุน
จุนเจือบุคคลอื่น
มุ่งรักษาศีลธรรม
ไม่ทำการเบียดเบียน
อดทนพากเพียร
เรียนฝึกภาวนา



เกิดสติปัญญา
ลดละตัณหา
ทำตามอริยมรรคา
หวังพาตนพ้นทุกข์
โทษร้ายภัยเวร
ย่อมเว้นลงไป
ความสุขทางใจ
จึงได้เข้ามาแทน

(๓ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

อยู่ในโลกนี้
ต้องมีมิตรสหาย
จึงจะอยู่สบาย
เรื่องร้ายไม่ค่อยเกิด
ถ้าเพียรไม่ถอย
สิ่งที่คอยถึงแน่
มัวแต่นั่งแช่
คงต้องแพ้เขา
ละบาปยังไม่ได้
ให้สร้างบุญขึ้นมา
มีโอกาสก้าวหน้า
ไม่เป็นข้ากิเลส
รักษาศีลมีสัตย์
มีสติพัฒนา
เกิดสมาธิปัญญา
ปัญหาชีวิตลดลง



(๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



๑ ใช้สติควบคุม ให้คิดดี พูดดี ทำดี

(๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔)

๑ ใจดี มีศีลธรรม กำกับด้วยสติ

(๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

๑ การสวดมนต์มีพลัง ช่วยเพิ่มสติ คุ้มครองป้องกันอุปัทวันตรายทั้งปวงได้

(๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๔)



ขาดสติเมื่อไร จิตใจไหวหวั่น
ไร้สิ่งป้องกัน ขาดเครื่องกั้นเสียหาย
ขับรถมักเผลอตัว ลืมกลัวอันตราย
อาจถึงล้มตาย ชีพวายก่อนกาล
ทำใดขาดสติ สมาธิไม่เกิด
ปัญญาเตลิด ละเมิดกฎเกณฑ์
ผู้หมั่นฝึกสติ มีความระวัง
รู้จักยับยั้ง พลาดพลั้งน้อยลง

๑๕ เม.ย. ๓๕



มุ่งหวังพ้นทุกข์ อย่าสนุกตามตัณหา

เกียรติของคนดี มีชื่อเสียงในธรรม
ทำดีเป็นประจำ ชอบบำเพ็ญประโยชน์
คนมั่งมีด้วยวิชา สามารถในกิจการ
พากเพียรทำงาน ตั้งหลักฐานได้เร็ว

เมื่อหวังความสบาย ขวนขวายออกกำลัง
ร่างกายย่อมมีพลัง ช่วยยับยั้งโรคภัย
มุ่งหวังพ้นทุกข์ อย่าสนุกตามตัณหา
สร้างบารมีแก่กล้า พาพ้นทุกข์เร็วพลัน

(๕ มกราคม ๒๕๖๕)

ชีวิตคนเรา มีเศร้ามีสุข
ทำชั่วก่อทุกข์ มุ่งสุขทำดี
จงสะสมบุญไว้ ได้รับสุขยาวไกล
แม้ชาตินี้พ้นไป สุขใจถึงชาติหน้า

หากสะสมบาปไว้ ได้ทุกข์ต่ออีกไกล
ถ้าแม้ล่วงลับไป ไหลลงทุคติ
ท่านผู้มีปัญญา อย่าหาทุกข์ใส่ตัว
โปรดทำดีละชั่ว ภาวนาจงทั่วกันเถิด

(๖ มกราคม ๒๕๖๕)

ผู้ให้สิ่งที่เลิศ สิ่งประเสริฐตามมา
คบคนที่ดีกว่า ชะตาย่อมสูงขึ้น
ศรัทธาตั้งมั่นไว้ ประโยชน์ใหญ่มาหา
เป็นฐานสติปัญญา พาเกิดความสำเร็จ

อ่อนแอมักแพ้ภัย แข็งไปมักก่อเวร
ผู้ที่มุ่งอยู่เย็น จงเลือกความเป็นกลาง
ไม่ต้องคิดกังวล ในเรื่องที่พ้นไป
ปัจจุบันเป็นใหญ่ ควรใส่ใจทำดี

(๘ มกราคม ๒๕๖๕)

ยามมีรู้จักเก็บ **ยาม**เจ็บรู้จักยา
ยามหายรู้จักหา **ยาม**อยู่หน้ารู้จักทาง
ยามฟังระวังหู **ยาม**ดูระวังตา
ยามพูดระวังวาจา **ยาม**โกรธาระวังตัว

ยามทำเข้าใจงาน **ยาม**ผ่านเข้าใจผิน
ยามจนเข้าใจกิน **ยาม**บิ่นเข้าใจซ่อม
ยามหิวมุ่งบริโภค **ยาม**มีโชคมุ่งให้ทาน
ยามยากยุ่งมุ่งเอางาน **ยาม**สำราญมุ่งกุศล

(๒๓ มกราคม ๒๕๖๕)

อยู่ตามลำพัง ให้ระวังดวงจิต
อยู่กับมวลมิตร คิดระวังวาจา
อยู่ภายในบ้าน กล่าวขานตามสบาย
อยู่กับเจ้านาย อย่าระบายคำหยาบ

อยู่ในที่ทำงาน ต้องขยันขันแข็ง
กลับมาพักแรง แห่งบ้านของตน
อยู่สถานบันเทิง รื่นเริงตามถนัด
อยู่ภายในวัด ควรหัดภาวนา

๒๙ มกราคม ๒๕๖๕)

เรื่องร้ายไม่รื้อฟื้น เรื่องคนอื่นอย่ายุ่ง
เขาชอบการรบพุ่ง เรามุ่งแผ่เมตตา
ถ้ารักยศศักดิ์ ต้องรักทำประโยชน์
เว้นการก่อโทษ สันโดษความเป็นอยู่

มุ่งความมั่งมี อยู่ที่ความขยัน
เข้าใจจำนรรจ์ ไม่พัวพันอบายมุข
ต้องการให้พ้นทุกข์ อย่าสนุกทางผิด
รู้จักพัฒนาจิต ชีวิตรุ่งเรืองขึ้น

(๕ มีนาคม ๒๕๖๕)

ในเรื่องของความตาย ทั้งหลายตามธรรมชาติ
แต่เหตุตายสามารถ อาจเกิดจากหลายทาง
ตายร้ายหรือตายดี จากโลกนี้เช่นกัน
แต่ผลจากตายนั้น มีขึ้นสวรรค์ลงนรก

มีบุญจิตผ่องใส ได้สุคติสมใจปอง
มีบาปจิตเศร้าหมอง ต้องตกสู่อบายภูมิ
จึงควรพิจารณา พยายามละบาปไว้
หมั่นสร้างบุญเรื่อยไป ชีวิตนี้มีกำไร

(๖ มีนาคม ๒๕๖๕)

เมื่อรักเลี้ยงม้า ต้องกล้าเข้าผูก
เมื่อมีความรักลูก ต้องปลูกฝังความรู้
รักรวยเงินทอง ต้องมุ่งการค้า
รักมีหน้าตา ต้องหาเกียรติยศ

รักมิตรรู้จักเตือน รักเพื่อนต้องแบ่งปัน
รักเจริญต้องขยัน รักกันจริงกล้าเสียสละ
รักตนหมั่นทำดี รักสุขต้องมีศีล
รักจิตภาวนาเป็นอาจิณ รักสิ้นทุกข์มุ่งนิพพาน

(๙ มีนาคม ๒๕๖๕)

ยามจนต้องขยัน ตั้งใจหมั่นพากเพียร
ยามหลงต้องรักเรียน อ่านเขียนภาวนา
ยามทำต้องครุ่นคิด เมื่อผิดรีบแก้ไข
ยามจากไม่เหลือใคร ให้กำลังใจตนเอง

ยามชรารีบทำบุญ หนุนจิตยามไม่สบาย
ยามใกล้จะตาย จงปล่อยวางสิ่งทั้งหลาย
ยามไปโลกหน้า ใจกล้าไม่หวั่นไหว
ยามจิตใจผ่องใส ไปสุคติแน่นอน

(๒๔ เมษายน ๒๕๖๕)

ถ้าจะทำการใด
พึงทำการให้จริง
หากว่าเราหยุดนิ่ง
คนอื่นวิ่งขึ้นหน้า

ใครหวังพึ่งคนอื่น
ต้องนั่งกลืนน้ำตา
เมื่อขี้เกียจออกหน้า
ความยากจนตามมา

ถ้าอยากเป็นคนดัง
อย่าหวังความสงบ
หากพูดจากระทบ
มักพบปรปักษ์



การทำพูดหรือคิด
พิจารณาให้ทั่ว
ถ้าเป็นกรรมที่ชั่ว
ย่อมทำตัวเดือดร้อน

(๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



⊛ จิตใจแจ่มใส สุคติเป็นที่หวัง
จิตใจเศร้าหมอง ทุคติเป็นที่หวัง

(๒๒ มีนาคม ๒๕๖๔)

⊛ ทรัพย์สมบัติใช้หมดในชาตินี้
บุญใช้ได้ต่อทุกภพทุกชาติ

(๒๒ มิถุนายน ๒๕๖๔)

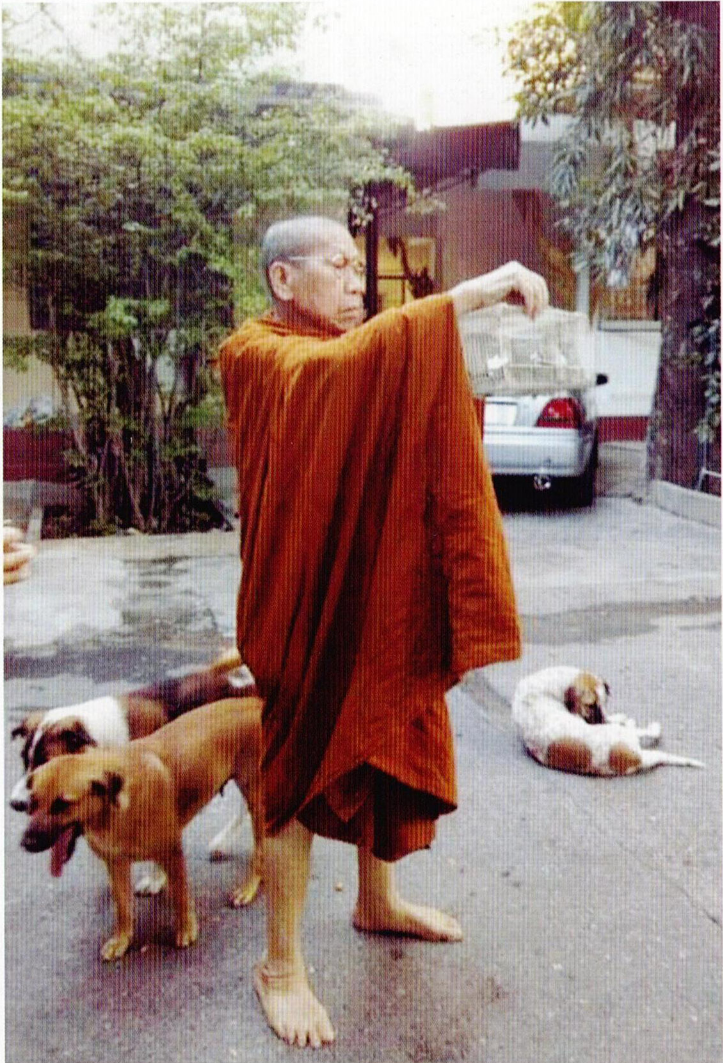
⊛ อโหสิกรรม เป็นอภัยทาน บันดาลสามัคคี

(๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๔)





หลวงปู่บุญกู้ อนุวฑฺฒโน







ฝึกบำเพ็ญภาวนา เพื่อแก้ปัญหาใจ



ชีวิตนี้มีน้อย จักต้องคอยรักษา
หนทางอยู่ข้างหน้า รีบพาทำกุศล
อย่าอยู่อย่างอยาก ยุ่งยากลดลง
รู้จักปลดปลง มุ่งตรงมรรคผล

ทุกคนหวังความสุข ต้องรบรุกตัณหา
ฝึกบำเพ็ญภาวนา เพื่อแก้ปัญหาใจ
อยู่อย่างมีความหมาย ตายอย่างมีคุณค่า
เพราะได้เจริญปัญญา ตัณหาลดลงไป

(๑๒ ธันวาคม ๒๕๖๔)

วันคืนผ่านล่วงไป พระให้รู้จักใช้
มุ่งทำประโยชน์ไว้ อย่านำไปทางโทษ
หมั่นฝึกจิตด้วยสติ เจริญสมาธิภาวนา
จนได้เกิดปัญญา ลดละตัณหาลง

ทั้งเราท่านหวังสุข จงเว้นทุกข์โทษภัย
ไม่ควรนินทาใคร ทำให้เขาเสียหาย
ควรกล่าวสรรเสริญ ส่วนเจริญทั้งหลาย
ให้เขาได้สุขสบาย เรื่องร้ายย่อมพ้นไป

(๒ มกราคม ๒๕๖๕)

ความเพียรเผากิเลส เป็นเหตุให้พ้นทุกข์
อย่ามัวนั่งเจ่าจุก ความสุขอยู่ห่างไกล
มัจจุราชเข้าใกล้ ถ้าไม่เตรียมต่อสู้
กว่าจะสำนึกรู้ มักสู้ท่านไม่ไหว
มีสติระวัง ตั้งใจภาวนา
เกิดพลังจิตแก่กล้า ท่านไม่มารบกวน
หมั่นทำบุญกุศล เพิ่มต้นทุนทางใจ
เพื่อความสุขยิ่งใหญ่ ได้ถึงพระนิพพาน



๒๒ มกราคม ๒๕๖๕)

หากมีผู้อื่นกล่าว เรื่องราวเกี่ยวกับตน
ไม่ควรไปกังวล เพียงสนใจเหตุผล
ปรับปรุงตัวเรา เฝ้าแก้ไขไป
ป้องกันทุกข์ภัย ไม่ให้บานปลาย



เรื่องร้ายภายนอก บอกเจ้าหน้าที่ช่วย
ป่วยไข้ใกล้ม้วย ท่านช่วยได้บ้าง
ส่วนมีเรื่องทุกข์ใจ ต้องอาศัยภาวนา
ให้เกิดสติปัญญา พาตนพ้นทุกข์เอง

(๒๔ มกราคม ๒๕๖๕)

วันคืนเดือนปี มีมืดมีแจ้ง
มีทั้งฝนแล้ง น้ำท่วมลมแรง
อารมณ์คนเรา ไม่เข้าใจฝึก
เปลี่ยนความคิดนึก ตรึกตามใจตน

ใจคนปั่นป่วน ธรรมชาติแปรปรวน
รีบร้อนเร่งด่วน ชวนให้เวียนหัว
พระให้ภาวนาไว้ ให้จิตใจตั้งมั่น
มีปัญญารู้ทัน ความสุขนั้นตามมา

(๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

อย่ากวนน้ำให้ขุ่น อย่าสลัดฝุ่นให้ฟุ้ง
ไม่ต้องคอยตบยุง หามุ้งเข้าไปนอน
เว้นการผิดกฎหมาย อย่าทำลายศีลธรรม
เข้าใจกฎแห่งกรรม เว้นการทำชั่วร้าย

ชีวิตนี้ไม่ยุ่ง รู้จักผดุงจิตใจ
หมั่นฝึกภาวนาไว้ ได้สุขสันต์ทันตา
อยากพ้นจากทุกข์ภัย เวียนว่ายในวัฏสงสาร
เร่งพัฒนาปัญญาญาณ ถึงนิพพานโดยพลัน

(๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

โอกาสอยู่โลกนี้ มีเวลาจำกัด
พยายามเร่งรัด จัดหาทรัพย์ไว้ใช้
แต่ไปโลกหน้า พระว่านานกว่า
จึงควรพิจารณา ทำกุศลเตรียมพร้อม

มีการเข้าวัด ฝึกปฏิบัติธรรม
ศรัทธากฎแห่งกรรม ดำเนินตามอริยมรรค
อยู่โลกนี้สุขสบาย เมื่อตายไปสุคติ
บรรเทาทุกข์ยามนี้ ทวีสุขตลอดกาลนาน

(๘ มีนาคม ๒๕๖๕)

โลกนี้มีศาสนา คนยังมารบกัน
เพราะพวกพาลชนนั้น ไม่หันมานับถือ
ไม่ยอมแก้ที่ใจ มักไปแก้ที่ของ
แย่งกันเข้ายึดครอง จนต้องขัดใจกัน

ขัดสิ่งที่มัวหมอง ช่วยทำให้ผ่องใส
แต่เมื่อมาขัดใจ กลับทำให้ขุ่นเคือง
ผู้มาฝึกภาวนา มุ่งชำระใจตน
ให้หายจากหมองหม่น ย่อมพ้นทุกข์ได้จริง

(๒๐ มีนาคม ๒๕๖๕)

ยังมีลมหายใจ ยังมีเงินพอใช้
ไม่รู้สึกร้อนใจ จิตใสย่อมอยู่เย็น
เริ่มหายใจติดขัด ธนบัตรเริ่มหายาก
จึงรู้สึกลำบาก เกิดยากแค้นแสนเข็ญ

มองดูมืดแปดด้าน ไม่รู้กาลข้างหน้า
ถ้าขาดลมล้มมรณา ขาดเงินตราพาล่มจม
รีบบำเพ็ญภาวนา หมั่นหากรรมสิทธิ์
เกิดสมาธิจิต พิชิตปัญหาได้

(๒๕ มีนาคม ๒๕๖๕)

รักชอบการอ่าน
มุ่งมั่นการเขียน
ขวนขวายเล่าเรียน
ชีวิตเวียนขึ้นสูง

คบหานักปราชญ์
ฉลาดรอบรู้งาน
เข้าใจบริหาร
การเงินคล่องตัว



หมั่นเรียนธรรมศึกษา
บำเพ็ญสมาธิภาวนา
ตั้งใจเจริญปัญญา
เพื่อพาพ้นทุกข์ภัย

บูชาพระพุทธเจ้า
เข้าใจกฎแห่งกรรม
มุ่งมั่นปฏิบัติธรรม
บรรลุความเป็นสงฆ์

(๖ เมษายน ๒๕๖๕)

⊛ การภาวนา วิธีการง่ายแต่ทำสำเร็จยาก
เพราะใจยังไม่สงบพอ ยังมีโลภ โกรธ หลงอยู่

(๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

⊛ ถ้าใจเศร้าหมอง ไหว้พระ สวดมนต์ ภาวนา
จิตใจจะงดงามขึ้น ควรพิจารณาเสมอว่า
วันคืนล่วงไป
เรามีบุญหรือบาปมากกว่ากัน

(๒๖ ธันวาคม ๒๕๖๔)

⊛ ภาวนาจนจิตใจสงบ จิตเป็นกลาง
จะเกิดปัญญาภายใน รู้เห็นตามความเป็นจริง

(๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)





กายสิ้นลมหมดความหมาย
จิตขยายไปเกิดต่อ



โรคภัยไข้เจ็บ เหน็บชาไวรัสฯ
เป็นสิ่งที่จำกัด ตัดตอนในโลกนี้
เพียงเรื่องของกาย สิ้นลมหมดความหมาย
จิตใจยังคงขยาย ไปเกิดต่อหลายชาติ

เป็นไปตามตัณหา ถ้ายังคงแก่กล้า
ยังจะต้องเกิดมา หนีมรณาไม่พ้น
พระพุทธองค์ทรงชี้ ให้จรลีทางมรรค
ผู้ดำเนินถูกหลัก จักไม่มาเกิดตายอีก

(๓๑ มีนาคม ๒๕๖๕)

มนุษย์เราที่เกิดมา　　กายาย่อมเสื่อมไป
ควรมุ่งพัฒนาใจ　　ให้เข้มแข็งอดทน

การทำบาปอกุศล　　เบียดเบียนตนและท่าน
ความเดือดร้อนรำคาญ　　กลับประหารตนเอง

ทำทานการกุศล　　จงขวนขวายไว้เถิด
เป็นสิ่งที่ประเสริฐ　　เชิดชูชีวิตตน

วิถีของชีวิต　　จิตเป็นผู้เดินทาง
หมั่นเดินตามสายกลาง　　ย่อมห่างไกลความทุกข์

(๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๔)

เรื่องของชีวิต　　มีจิตเป็นใหญ่
เป็นผู้สั่งให้　　กายไปทำตาม

แต่มีกิเลส　　เป็นเหตุคุมจิต
ให้ได้ทำผิด　　ทุจริตคิดชั่ว

พระศาสดาทรงชี้　　วิธีที่ฝึกจิต
จะต้องทำพูดคิด　　ไปในทางสุจริต

จงรู้จักภาวนา　　เกิดปัญญารู้เท่า
ช่วยผ่อนหนักเป็นเบา　　เอาชนะกิเลสได้

๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ชีวิตคนยุคนี้ เฉลี่ยไม่ถึงร้อยปี
ย่อมวายชีวี หนีจากโลกไป
ญาติมิตรทั้งหลาย เงินทองไร้ความหมาย
แม้แต่ร่างกาย ย่อมสลายสิ้นลง

กายล่วงลับดับขันธ์ ตัณหาพาด้นดั้น
บุญบาปนั้นต่างกัน ไปสวรรค์หรือนรก
วิญญาณยังคงอยู่ ต้องสู้กันต่อไป
ผู้มีบาปยากไร้ ผู้ใจบุญกำไรงาม

(๒๘ ธันวาคม ๒๕๖๔)



วิชาทางโลก มีโชคชั่วคราว
ชีวิตยืนยาว เข้าใจทำบุญ
สังขารร่างกาย ลงท้ายแตกดับ
ทุกสิ่งล่วงลับ กลับคืนธรรมชาติ

เมื่อจิตออกจากร่าง ต้องเดินทางต่อไป
เวรกรรมที่ทำไว้ พาจิตใจตกอบาย
กุศลกรรมทั้งปวง ช่วยดวงจิตผ่องใส
เรือนร่างล่วงลับไป จิตใจสู่สุคติ

(๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ความแก่เจ็บตาย เวียนว่ายตามธรรมชาติ
ผู้ที่ไม่ประมาท พลาดพลั้งน้อยลง
ควรหมั่นสร้างกุศล ให้ผลบุญติดตัว
เมื่อไม่ทำความชั่ว อย่ากลัวอบายภูมิ

อยู่โลกนี้ชั่วคราว ไปโลกหน้ายาวกว่า
ผู้มีบุญนำหน้า ย่อมพาไปสุคติ
ร่างกายเป็นเครื่องใช้ ไว้ทำคุณประโยชน์
เมื่อจิตไม่มีโทษ เกิดรุ่งโรจน์สวัสดี

(๒๖ มีนาคม ๒๕๖๕)

อันสัตว์โลกทั้งหลาย แม้มากมายปานใด
เป็นผู้ที่ยิ่งใหญ่ หรือยากจนเข็ญใจ
ล้วนตายถมปฐพี ไม่มีที่ใดว่าง
ต่างพากันทิ้งร่าง เหลือจะอ้างจำนวน

ในส่วนของดวงจิต ล้วนปลิดออกจากกาย
ไปสู่ภูมิทั้งหลาย สุขสบายหรือทุกข์ยาก
ทางพระให้เข้าใจ ได้รู้จักทำบุญ
เป็นกุศลดลหนุน พูนสุขในปรโลก

(๕ เมษายน ๒๕๖๕)

สังขารร่างกาย อาศัยได้ชั่วคราว
จิตใจยืนยาว ก้าวไปถึงปรโลก
จงเตรียมเสบียง ไม่ต้องบ่ายเบี่ยง
ถ้ามัวหลีกเลี่ยง ใครจะตามเลี้ยงเรา

เสบียงกรังโลกนี้ มีเพียงสินทรัพย์
พอลมหายใจดับ กลับหมดความหมาย
สั่งสมอริยทรัพย์ จับจ่ายถึงโลกหน้า
ช่วยเราได้ไกลกว่า พาถึงพระนิพพาน

(๙ เมษายน ๒๕๖๕)

รู้จักแค่แต่หน้า ไม่มารู้ถึงใจ
เรื่องลับต้องยกไว้ อย่านำไปปรึกษา
ธรรมดาคนเรา เอาแน่นอนไม่ได้
เพราะถ้าไปไว้ใจ อาจให้เกิดเสียหาย

พระให้คบบัณฑิต อย่าใกล้ชิดคนพาล
พลาดท่าจะเสียงาน ขาดรากฐานมั่นคง
เพียรหมั่นทำบุญไว้ เป็นที่พึ่งทางใจ
พลาดพลั้งประการใด จิตไม่เศร้าหมองตาม

(๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

❁ กายและจิตต้องบำรุงรักษาไปพร้อมกัน
สังคมจะเจริญเพราะมีการช่วยเหลือกัน
ญาติโยมถวายอาหารกาย พระให้อาหารใจ

(๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๔)

❁ สังขารจบที่ตาย
จิตใจจบที่สิ้นกิเลส

(๑๒ มีนาคม ๒๕๖๔)





สิ่งทั้งปวงควรหรือ จะไปยึดถือมั่น มันเป็นเหตุก่อทุกข์

สิ่งทั้งปวงควรหรือ จะไปยึดถือมั่น
เพราะว่าสิ่งเหล่านั้น มันเป็นเหตุก่อทุกข์
ถือมั่นในจิต คิดถึงแต่อัตตา
ไม่ยอมเสียหน้า แข่งโฆษณาชวนเชื่อ

ถือมั่นในตัวตน ทิฐิมานะล้น
ไม่ยอมตามใจคน ก่อผลให้ทะเลาะ
ถือมั่นในเงินทอง แย่งข้าวของกันใช้
แข่งกันหากำไร ไม่ช้าต้องรบกัน

(๘ เมษายน ๒๕๖๕)

ผู้ต้องการพ้นทุกข์ หวังความสุขไพบูลย์
ควรที่จะเพิ่มพูน คุณประโยชน์อย่างยิ่ง
มุ่งมั่นภาวนา โดยพัฒนาสติ
ให้บำเพ็ญสมาธิ แล้วเจริญวิปัสสนา

ทำจิตให้สงบ จะพบสุขทางใจ
เกิดปัญญายิ่งใหญ่ พิจารณาไตรลักษณ์
อนิจจังไม่เที่ยงแท้ ทุกขังแปรผันไป
อนัตตาบัญชาไม่ได้ ในที่สุดพ้นทุกข์จริง

(๒๘ มกราคม ๒๕๖๕)

รักตนกว่ารักทรัพย์ ไม่ชอบรับสินบน
ไร้ซึ่งความกังวล พ้นจากการฟ้องร้อง
อย่าได้ริษยา ไม่แตกสามัคคี
รักกันฉันน้องพี่ ได้อยู่ดีกินดี

ควรหมั่นเจริญเมตตา กรุณามิตรสหาย
ช่วยให้เขาสุขสบาย ได้สุขใจตอบแทน
เมื่อละเว้นบาปกรรม มุ่งบำเพ็ญกุศล
ไม่ให้เกิดเสียผล ย่อมพ้นทุกข์เร็วพลัน

(๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

เรื่องของผู้ศรัทธา มีปัญญากำกับ
ไม่เกิดเรื่องสับปลับ จึงพอรับกันได้

ส่วนทางด้านวิริยะ ให้สมาธิช่วยระงับ
ทำสิ่งใดไม่เกินรับ พอจับต้นชนปลาย

ให้มีสติระวัง ได้ช่วยยับยั้งชั่งตรอง
สิ่งที่เกี่ยวข้องทั้งผอง ควรต้องให้มีเหตุผล

เกิดอินทรีย์แก่กล้า พาเพิ่มพลังใจ
เมื่อจะทำสิ่งใด จึงไม่หลงงมงาย

(๑ มีนาคม ๒๕๖๕)

อันความซื่อสัตย์ มัธยัสถ์กตัญญู
ผู้ใดมีอยู่ คู่กับจิตใจ

ย่อมตั้งตัวได้ ไม่ต้องร้อนใจ
ไม่เกิดสงสัย ในผู้เกี่ยวข้อง

ความเป็นอยู่เรียบง่าย ไม่สุรุ่ยสุร่าย
ตอบแทนคุณมากมาย ในรายที่เคยพึ่ง

คุณธรรมย่อมมี ทวีขึ้นเป็นพื้น
ความมั่งมียั่งยืน จิตใจแช่มชื่นเสมอ

(๒๗ มีนาคม ๒๕๖๕)

มีลาภมียศ
สรรเสริญปรากฏ
นินทาพาสลด
บดบังฐานะ

บางทีมีบุญ
จุนเจือความสุข
บางครั้งเกิดทุกข์
ถูกถอดยศศักดิ์



ลาภมาบางครั้ง
บางทีรั้งไม่ได้
ลาภลอยหายไป
ได้ยากจนมาแทน

พุทธองค์ทรงแสดง
แถลงเรื่องโลกธรรม
จะได้ไว้ใช้นำ
ทำใจให้รู้ทัน

(๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ไม่อดไม่อยาก
ไม่ลำบากไม่ขยัน
เป็นคนเหมือนกัน
ต้องมุ่งมั่นสู้งาน

หนึ่งสมองสองมือ
คืออุปกรณ์สำคัญ
พยายามมุ่งมั่น
ใช้กันให้คุ้ม



สังขารเสื่อมลง
ก่อนจะปลดปลง
หมั่นเพียรก้าวตรง
ทรงทางอริยมรรค

สันโดษในผล
ขวนขวายในเหตุ
มุ่งชำระกิเลส
เขตนิพพานหวังได้

(๒๖ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



เมื่อมีศรัทธา กล้าเชื่อกฎกรรม
รู้จักกระทำ บำเพ็ญความดี

รักษาศีลธรรม ละเว้นกรรมชั่ว
ไม่หลงเมามัว กลับกลัวอบายภูมิ

มีน้ำใจเสียสละ รู้คุณค่าจาคะ
ลดทิฐิมานะ ละความเห็นผิด

เกิดปัญญาเห็นชอบ ประกอบบุญกุศล
จิตใจไร้กังวล ได้ความสุขยิ่งขึ้น

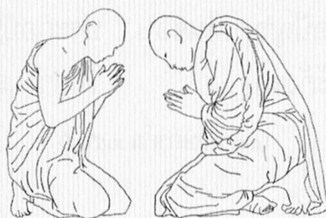
(๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

❀ การสั่งสมบุญนำสุขมาให้
บุญย่อมเป็นที่พึ่งของสรรพสัตว์ในโลก

(๒๔ กันยายน ๒๕๖๔)

❀ ธรรมทานมีอานิสงส์มากกว่าทานทั้งหลาย เป็นการเผยแผ่หลักธรรมคำสอน เพื่อนำไปปฏิบัติได้กว้างขวางกว่า

(๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๔)





ไม่อดไม่อยาก ไม่ลำบากไม่ขยัน
เป็นคนเหมือนกัน ต้องมุ่งมั่นสู้งาน
หนึ่งสมองสองมือ คืออุปกรณ์สำคัญ
พยายามมุ่งมั่น ใช้กันให้คุ้ม
สังขารเสื่อมลง ก่อนจะปลดปลง
หมั่นเพียรก้าวตรง ทรงทางอริยมรรค
สิ้นโทษในผล ขวนขวายในเหตุ
มุ่งชำระกิเลส เขตนิพพานหวังได้

พระ [illegible]
๒๖ พ.ค. ๓๘



ชีวิตสูงหรือต่ำ อยู่ที่กรรมบันดาล

จะยากดีมีจน อยู่ที่ผลของกรรม
ชีวิตสูงหรือต่ำ อยู่ที่กรรมบันดาล
ความรู้ท่วมหัว เอาตัวไม่รอด
เจริญไปไม่ตลอด เพราะปลอดจากกุศล

บุญคือคุณความดี บาปเพราะมีความชั่ว
ควรเกิดละอายตัว หากทำชั่วเอาไว้
ถ้ามีทั้งความรู้ คู่กับความดี
ชีวิตย่อมทวี มีแต่เจริญสุข

(๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ทรัพย์คือเครื่องปลื้มใจ ใช้ไม่ดีมีทุกข์
รู้จักใช้ให้ถูก ย่อมมีความสุขใจ
ศรัทธาความเชื่อ เจือด้วยเหตุผล
มีศีลรักษาตน พ้นความเบียดเบียน

ผู้กระทำความดี บางทีมีเคราะห์ร้าย
เพราะกรรมชั่วทั้งหลาย กลับกลายให้ผลก่อน
จงมีใจรู้เท่า เข้าใจกฎแห่งกรรม
หมั่นปฏิบัติธรรม ความสุขนั้นหวังได้

(๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๔)

ตาสว่างด้วยแสงไฟ ใจสว่างด้วยแสงธรรม
รู้จักกฎแห่งกรรม ทำสิ่งใดให้ใฝ่ดี
ทำดีมีประโยชน์ ชีวิตย่อมรุ่งโรจน์
ชื่อเสียงมักช่วงโชติ เกิดปราโมทย์อิ่มใจ

ทางโลกก็ไม่ช้ำ ทางธรรมก็ผ่องใส
ดีนอกและดีใน อยู่ไหนก็เป็นสุข
สุขกายสบายชั่วคราว สุขใจยืนยาวกว่า
กายสนุกแค่มรณา จิตโสภาสู่สุคติ

(๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๔)

มากมาจากน้อย ร้อยมาจากสิบ
เก็บหอมรอมริบ กระติบเป็นกระบุง
เคราะห์มาจากบาป ลาภมาจากทาน
เอื้อเฟื้อเจือจาน ไม่นานบันดาลโชค

จงเชื่อกฎแห่งกรรม บำเพ็ญแต่ความดี
เจริญขึ้นทุกที ชีวีไม่ตกต่ำ
มาอาศัยโลกนี้ มีโอกาสภาวนา
เพื่อลดละตัณหา พาพ้นทุกข์นิรันดร

(๒๐ มกราคม ๒๕๖๕)

โลกนี้คือหมู่สัตว์ อัตคัดหรือมั่งมี
ล้วนจากกรรมชั่วดี ที่ตนได้กระทำไว้
ถ้าไร้ซึ่งศรัทธา ไม่รักษาศีลธรรม
จิตใจยังใฝ่ต่ำ ต้องตกระกำลำบาก

เมื่อเกิดความศรัทธา ชอบค้นหาเหตุผล
จึงทำให้เริ่มต้น เป็นคนดีขึ้นมา
จิตใจเสียสละ ละซึ่งความตระหนี่
ฝึกภาวนามาดี จึงทวีสุขสันต์ยิ่ง

(๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

ชีวิตคนเกิดมา ตามแต่ชะตากรรม
อาจขึ้นสูงลงต่ำ ด้วยกรรมปัจจุบัน
ผู้มุ่งสูงต้องฝืน ตื่นตัวสร้างความดี
แล้วชีวิตตนนี้ ย่อมมีความสมหวัง

ผู้ทำตามกิเลส เป็นเหตุใจหมองคล้ำ
ทำให้จิตตกต่ำ ผลกรรมดีลดลง
เราเกิดมาทั้งที เวลานั้นมีจำกัด
ควรจะได้เร่งรัด พัฒนาตนให้ได้

(๑๕ มีนาคม ๒๕๖๕)

ชีวิตคนเรา เอาแน่ไม่ได้
ขึ้นกับกรรมทำไว้ ให้เป็นไปตาม
ทำดีได้ดี สุขีแก่ตัว
ทำชั่วได้ชั่ว ทำตัวเดือดร้อน

สำคัญอยู่ที่ตน ขวนขวายฝึกสติ
บำเพ็ญสมาธิ ตริตรองให้เกิดปรีชา
ชีวิตจะก้าวหน้า เริ่มปัญญาเห็นชอบ
อริยมรรคเข้าประกอบ เต็มรอบย่อมพ้นทุกข์

(๒๓ มีนาคม ๒๕๖๕)

ผู้คนในโลกนี้ เกิดมามีมากมาย
ลงท้ายต่างล้มตาย สูญหายไปจากโลก
เกิดทุกข์เกิดโศก วิปโยคทั่วกัน
เมื่อไม่รู้เท่าทัน ต้องหวั่นไหวไม่น้อย

พระสอนให้รู้จริง ทุกสิ่งมีแตกดับ
ส่วนจิตผู้ล่วงลับ ย่อมกลับไปเกิดใหม่
ตัณหายังไม่สิ้น ย่อมดิ้นรนขวนขวาย
ขึ้นสวรรค์หรือลงอบาย บ่ายหน้าไปตามกรรม

(๑๐ เมษายน ๒๕๖๕)

พุทธองค์ทรงรู้แจ้ง แสดงกฎแห่งกรรม
ทำดีมงคลค้ำ ตกต่ำเพราะทำชั่ว
มักน้อยไม่ลำบาก มักมากยากเกิดคุณ
มีเมตตาการุณย์ เป็นต้นทุนทางใจ

ใจดีมีคนรัก ได้สุขสามัคคี
ชอบพูดดีทำดี ย่อมทวีความเจริญ
ฝืนขึ้นที่สูง มุ่งทำดีที่เหตุ
ย่อมอยู่เหนือกิเลส ใกล้เขตพระนิพพาน

(๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

ภัยธรรมชาติหนีได้
กรรมทำไว้หนียาก
อยู่โลกนี้ลำบาก
ไปโลกหน้าทุกข์มาก

มีทรัพย์พูดกันง่าย
มีไร่ปลูกเรือนงาม
มากหมอก็มากความ
ไม่รู้เชื่อตามใคร

เพื่อนกินเพื่อนกัน
รู้ไม่ทันถูกไล่
ยามรวยเพื่อนอวยชัย
ครั้นเจ็บไข้เพื่อนหนี

น้ำตาเช็ดหัวเข่า
ชอบเอาแต่ใจตน
เมื่อถึงความอับจน
ทนยากแต่ลำพัง

(๑ มิถุนายน ๒๕๖๕)



⊛ กรรมเป็นตัวกำหนดให้มนุษย์แตกต่างกัน

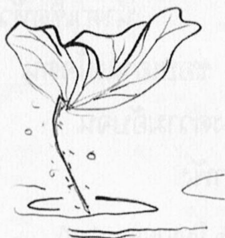
(๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

⊛ กฎแห่งกรรมเที่ยงตรง แต่เวลาที่รับผลกรรมจะเร็วหรือช้า ขึ้นอยู่กับกฎพระไตรลักษณ์ด้วย

(๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๔)

⊛ เมื่อกรรมเป็นตัวกำหนด ฉะนั้นควรดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท โดยการสะสมเสบียงบุญไว้

(๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔)





ผู้มีปัญญารักษาจิต
รู้จักคิดพิจารณาก่อน



ผู้มีปัญญา　　พึงรักษาจิต
ให้รู้จักคิด　　พิจารณาก่อน
สิ่งใดที่ไม่ผิด　　จงคิดทำสิ่งนั้น
ย่อมไม่มีโทษทัณฑ์　　ฐานะจึงมั่นคง

คำใดไม่เดือดร้อน　　สอนตนกล่าวคำนั้น
ผู้คนนิยมกัน　　คำจำนรรจ์ที่ดี
ชีวิตของคนเรา　　ถ้าหากเข้าใจใช้
โรคภัยลดลงไป　　ได้ความสุขยั่งยืน

(๑๐ มกราคม ๒๕๖๕)

เรื่องของคนใจบุญ ได้ทำคุณส่วนตน
จิตย่อมมีกุศล อุทิศเปตชนได้

ผู้ไร้ซึ่งปัญญา ถึงกล้าทำบาปกรรม
จิตใจช่างชั่วต่ำ ไม่คำนึงถึงอบาย

อยู่โลกนี้ชั่วคราว ไปโลกหน้ายาวกว่า
ผู้ที่มีศรัทธา ต้องหาบุญไว้พึ่ง

ควรเจริญภาวนา เพื่อให้เกิดปัญญา
เมื่อมีกุศลแก่กล้า อนาคตย่อมเป็นสุข

(๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

มีปัญญาประเสริฐ เลิศกว่ามีทรัพย์สิน
เรื่องทำมาหากิน หาได้ใหม่ไม่สิ้น

ถ้ามีความสามารถ อาจหาเงินได้ง่าย
แต่บางทีดูดาย ลืมขยายบุญกุศล

มีเงินทองแค่ตาย บุญหลายไปไกลกว่า
ช่วยให้ฝึกภาวนา เกิดสติปัญญาได้

ลดกิเลสตัณหา พาให้ละทุกข์ภัย
อยู่โลกนี้ผ่องใส ไปโลกหน้าผาสุก

๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕)

มนุษย์เราเกิดมา ต้องเจอชราพยาธิ
ลงท้ายร่างกายนี้ มีมรณะมาถึง
ผู้ไร้ซึ่งปัญญา ไม่สนใจชาติหน้า
จึงไม่พิจารณา ขาดศรัทธาทำบุญ
เมื่อเรามีวันนี้ มีวันก่อนวันหน้า
มุ่งฝึกภาวนา จนมีปัญญารู้จริง
เป็นผู้ไม่ประมาท ฉลาดสร้างความดี
จนเกิดเป็นบารมี ชีวีสุขตลอดกาล

(๒๔ มีนาคม ๒๕๖๕)

เขามีส่วนเลวบ้าง ก็ช่างเรื่องเขานี่
จงเลือกเอาส่วนดี ที่เขามีอยู่บ้าง
อย่าไปเก่งผิดที่ อย่าพูดดีแต่ปาก
อาจต้องตกทุกข์ยาก ลำบากถึงตนได้
เสียน้อยยอมปล่อยจาก เสียยากอย่ายอมง่าย
เรื่องของคนทั้งหลาย มีทั้งร้ายและดี
จงเข้าใจปล่อยวาง ให้ถูกทางบัณฑิต
มุ่งทำตัวเป็นมิตร ดีกว่าคิดเป็นศัตรู

(๒๒ เมษายน ๒๕๖๕)

สามสิ่งสุดสามารถ ไม่อาจเอาคืนได้
ควรที่จะใส่ใจ แล้วใช้ให้คุ้มค่า
สิ่งแรกคือ**โอกาส** ไม่ฉวยย่อมพลาดไป
พ้นแล้วย่อมเสียใจ ไม่ทันได้เตรียมตัว

ถัดมาคือ**เวลา** ไม่ใช้เกิดเสียท่า
ล่วงไปไร้คุณค่า หมดราคาไปสูญเปล่า
สุดท้ายคือ**วาจา** ไม่ว่ากล่าวย่อมพ้น
ไม่ก่อให้เกิดผล ไร้คนสนใจตัว

(๒๗ เมษายน ๒๕๖๕)

รุ่งขึ้นวันใหม่ เข้าใจพิจารณา
เหตุการณ์ได้ทำมา ว่าร้ายหรือดี
พยายามปรับปรุง ให้เรื่องยุ่งลดลง
เรื่องที่ดีเสริมส่ง ตรงทางมรรคผล

ศรัทธาในกฎกรรม บำเพ็ญภาวนา
ให้เกิดปัญญา พาสู่ความสุข
ควบคุมตัณหา กล้าทำกุศล
เพื่อลดความกังวล พ้นทุกข์โศกโรคภัย

๔ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



ผู้เกรงใจไม่เป็น พระเห็นว่าเป็นพาล
คนเกรงใจตลอดกาล ส่อสันดานคนโง่
เกียรติศักดิ์เสริมองอาจ คนฉลาดช่วยความรู้
การแต่งตัวสวยหรู เชิดชูความทะนง
ความแค้นเกินขนาด เพื่อนขาดความเกรงใจ
เมื่อใจเร็วด่วนได้ ทำให้ขาดสติ
คนดีมีกตัญญู คนชั่วลบหลู่คุณ
ผู้เมตตาการุญ มีผู้บูชาคุณเสมอ

(๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๕)

⊛ เมื่อได้ฟังธรรมจากพ่อแม่ครูอาจารย์แล้ว
น้อมนำไปปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างความดี
และปรับปรุงตัวเราให้มีความสุข

(๓ ธันวาคม ๒๕๖๔)

⊛ การแก้ปัญหาทางธรรม
ให้ทวนกระแสด้วยการภาวนา
ถ้าจิตดีแล้วปัญหาจะน้อยลง

(๓ ตุลาคม ๒๕๖๔)





อนิจจังให้รู้เท่า เข้าใจพระไตรลักษณ์



ยามขึ้นอย่าทะนง ยามลงอย่าซบเซา
อนิจจังให้รู้เท่า เข้าใจ**พระไตรลักษณ์**
มีชื่อเสียงคนอิจฉา ชื่อเสียคนนินทา
โลกธรรมตามมา ขออย่าได้ท้อแท้

ดีชั่วอยู่ที่ตัวทำ สูงต่ำอยู่ที่ทำตัว
ไม่ต้องไปเกรงกลัว ถ้าตัวทำมาดี
เราเป็นอย่างเราคิด จิตนำตามประสงค์
ทำสิ่งใดให้ซื่อตรง ความมั่นคงเพิ่มขึ้น

(๘ ธันวาคม ๒๕๖๔)

วันคืนล่วงไป อยู่ได้แต่ละปี
สังขารเรานี้ มีแต่ร่วงโรย
ดอกไม้สดใส นานไปเหี่ยวเฉา
กิ่งก้านบางเบา เข้าเกณฑ์ล่วงหล่น

เทียนไขจุดสว่าง ต้องกินร่างตนเอง
ผู้เป็นนักร้องเพลง เริ่มเปล่งเสียงไม่เพราะ
ผู้ทำบุญไว้ถึงครา เวลาล่วงลับสิ้นใจ
แม้ชีวิตล่วงไป ได้สุคติแน่นอน

(๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๔)

วันคืนเดือนปี มีการเปลี่ยนแปลง
น้ำท่วมฝนแล้ง แสดงถึงอนิจจัง
สังขารทั้งปวง ต้องล่วงทุกขัง
ไม่อาจจะยั้ง ดังใจปรารถนา

เกิดแก่เจ็บตาย เข้าข่ายอนัตตา
มิอาจบัญชา พาไปตามเรา
ทำบุญเอาไว้ เก็บได้เป็นกุศล
ย่อมจะให้ผล แก่ตนตามกฎกรรม

(๑๑ มกราคม ๒๕๖๕)

โลกในขณะนี้ มีวิกฤติมากหลาย
กระทบคนทุกราย แก่เจ็บตายตามมา
ทำบุญไว้เสมอ เมื่อเจออันตรายใด
จิตใจยังผ่องใส ชีวิตไม่ขาดทุน

ทรัพย์สินเงินทอง ของผลัดกันใช้
เปลี่ยนมือกันไป ได้ตามกรรมตน
สังขารร่างกาย ลงท้ายต้องละ
ควรเจริญจาคะ จะทุกข์ใจน้อยลง

(๑๙ มกราคม ๒๕๖๕)

หมั่นพิจารณาสังขาร เห็นการไม่เที่ยง
สุดจะบ่ายเบี่ยง เลี่ยงแก่เจ็บตาย
ไม่มีใครตามไป อาศัยเพียงกุศล
พัฒนาจิตใจตน ให้มีผลสูงขึ้น

พาเกิดความสังเวช เหตุสงครามในโลก
ซึ่งทำให้คนทุกข์โศก วิปโยคขยายตัว
เข้าวัดปฏิบัติธรรม บำเพ็ญภาวนา
เพิ่มญาณปรีชา พาพ้นทุกข์เร็วขึ้น

(๔ มีนาคม ๒๕๖๕)

โลกนี้คือละคร มีบทบาทยอกย้อน
หลายบทหลายตอน สอนใจผู้ชมได้
เมื่อผู้ใดแสดงดี มีเรื่องราวน่าชม
เกิดมีคนนิยม มักรุ่งเรืองสมใจ

อนิจจังชีวิตนี้ บางทีกลับพลาดพลั้ง
เคยชื่อเสียงโด่งดัง กลับพังลงไปได้
ถ้าจักแก้ไขกัน ต้องหันมาฝึกใจ
ไม่ให้จิตหวั่นไหว โดยตั้งใจภาวนา

(๑๑ มีนาคม ๒๕๖๕)

อันสังขารร่างกาย ผันผายสู่ชรา
พยาธิรุกเข้ามา มรณารออยู่
เป็นกันได้ทุกคน นายพลก็ไม่เว้น
ถึงคราวต้องถูกเกณฑ์ เป็นไปตามธรรมชาติ

ควรพัฒนาจิตใจ ไว้ด้วยภาวนา
พลังจิตแก่กล้า พึ่งพาได้ถึงชาติหน้า
เมื่อทำมาหากิน มีสินทรัพย์พอใช้
บารมีที่สร้างไว้ ช่วยพ้นทุกข์ได้จริง

(๑๘ มีนาคม ๒๕๖๕)



สังขารทั้งหลาย ล้วนไม่เที่ยงแท้
เกิดขึ้นแล้วแก่ กายแย่ทรุดโทรม
ป่วยแล้วดับไป ไม่จีรังยั่งยืน
ไร้ผู้จะขัดขืน ฝืนชนะมัจจุราช

อันสัตว์โลกทั้งปวง ล้วนล่วงลับดับหลาย
จากไปแล้วมากมาย ต้องแตกตายต่อตาม
จงทบทวนดูตน หนีไม่พ้นเช่นกัน
ก่อนจากโลกไปนั้น ให้มั่นใจว่าไปดี

(๓ เมษายน ๒๕๖๕)

เป็นหนุ่มสาวแข็งแรง เข้าแข่งขันชนะบ่อย
พอแก่ชราแรงน้อย มักคอยเป็นผู้แพ้
อนิจจังไม่เที่ยง หลีกเลี่ยงกันไม่ได้
ทุกขังทนไม่ไหว อนัตตาไร้ตัวตน

เราท่านเกิดมา แก่ชราตามกาล
เรื่องของสังขาร ผ่านมาผ่านไป
เวียนว่ายตายเกิด กว่าสิ้นกำเนิด
ต้องปฏิบัติให้เลิศ ประเสริฐด้วยภาวนา

(๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๕)



⊛ สังขารเป็นไปตามกฎพระไตรลักษณ์คือ
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

(๑๐ มีนาคม ๒๕๖๔)

⊛ พิจารณาความตายแล้วน้อมเข้ามาหาตนเอง สังขารดับไปสิ้นไปเป็นธรรมดา เร่งพัฒนาจิตใจด้วย ทาน ศีล ภาวนา

(๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๔)



ผู้ที่เก่งรอบรู้ มักเป็นศิษย์มีครู
ต้องรู้จักเชิดชู ผู้เป็นบูรพาจารย์
ทุกปีที่ผ่านมา มีงานบูชาคุณ
ท่านพ่อผู้การุณย์ สนับสนุนตั้งวัดอโศฯ

ผู้เป็นสานุศิษย์ ที่มีจิตเลื่อมใส
ปฏิบัติตามท่านไว้ ส่วนมากมักได้ดี
ท่านพ่อลีศรีอโศกฯ จากโลกไปแสนนาน
แต่ยังฝากผลงาน ให้ศิษย์สานต่อไป

(๒๕ เมษายน ๒๕๖๕)

อาหารใจ • พระราชมงคลวชิรญาณวัฒน์ วิ. (บุญมี อินฺทปญฺโญ)